

ソーシャルスキルグループ

—子どもの社交性・自主性をはぐくむグループ—

参加者たちが、自分の安全な場所だと認識してもらえる環境—グループ—を作ることにより、その中で仲間意識や自己肯定を高めることができるでしょう。



- ゲームや遊びを使って、ルールを守り、社交性をつけることができます。
- ポイント制を使い、望ましい行動をしたり、グループのルールを守ることができたときには、ポイントを獲得できるようにします。このポイントが増えることにより、自分の成果を見ることができて、自信につながります。
- リラクゼーションの練習をして、家や学校でもできるようにし、衝動性や多動性を減らします。
- 何がきっかけで、いらいらしたり、怒ったりするのかを認識することによって、この感情表現を、暴力やけんかで解決しようとするのではなく、建設的な表現をすることができるようになります（アンガー・マネージメント）
- 安全な場所だということを認識してもらえたり、仲間がいることによって、自分に起きたことなどの経験を話せるようになります。
- そのこどもが経験しているつらい思いや不安感の軽減を目指します。



対 象： 学齢期前もしくは小学生（年齢によってグループ分けをします）

参加費用： 1ヶ月（2セッション）5,000円

時 間： 1ヶ月に2回（隔週）。1回 60分ほど。全10回。

場 所： 静岡市駿河区

参加人数： 最大5人

始まる前には、インタビュー（1回5,000円）をして、家族背景や学校での様子などをお聞きします。

お問い合わせ先： counseling@cocorocare.org

☎090-2687-8354



NPO こころのケアグループは、年1回の講演会や隔月1回の勉強会を実施のほか、個人カウンセリングサービスも行っています。