



VRSST  
(ソーシャルスキルトレーニング)



# SST(ソーシャルスキルトレーニング)とは？

「お友達とコミュニケーションをとることが苦手」

「相手の気持ちを理解することが苦手」

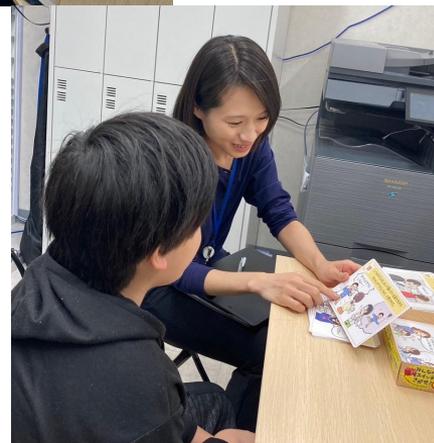
などの困りごとに対し、対人関係を円滑にするためのトレーニングとして

「SST(ソーシャルスキルトレーニング)」があります。

状況に応じた適切な振る舞いや、集団生活に必要なスキルを養っていくことができます。

# ぱすてるもあのSST

- ・毎月2回土曜日
- ・臨床心理士主導でSSTを行っています
- ・実施の際は専門的支援実施加算をとらせていただきます
- ・VRの他にもグループワークや個別支援も行っています



# VRでどのような体験ができるの？

- ・コミュニケーション能力の基礎を学ぶ
- ・相手や自分の感情を理解する
- ・相手に共感する、相手への気遣い
- ・就労支援(職業体験)

学齡期、青年期、就労期まで

成長に合わせて実践的なスキルを身に着けることができます。

例) 挨拶をする 上手に話を聞く 上手く断る 相手を気遣う

感情を適切に処理する 仲間に入る・誘う など

# VRのメリット

- ・SSTを行う際、テキストや口頭での説明では伝わりづらい・・・

共有が難しい場面の理解をVRでは体験することで理解しやすくなります。

- ・実体験がない場面でも自分のことのようにとらえることができます。

# VRを通して学べる事

感情そのものへの理解を深めることで、他者の感情を推測することができるようになります。

他者の考えていることを推測することは、スムーズなコミュニケーションをとるために必要なスキルとなります。

人の表情やしぐさの違いを手がかりに感情を理解することを目標に、共感の仕方などのトレーニングもしていきます。

# VRの流れ

## 自己紹介(1対1)

学校種  
自己表現 **A1-01**

体験時間：約1分 | 初級・中級

### 1. VRトレーニング概要

**自己紹介(1対1)の練習** 設定：新学期になくクラスメイトに対して自己紹介をする

- 自己紹介を、VRゴーグルをかけたまま実際に話す(約20秒)
- 自己紹介をする意味を理解する
- 「良い自己紹介」とは何かを理解する



### 2. ストーリーとVRトレーニングのポイント



**Point 1**  
自己紹介で話す内容を  
決めて練習する



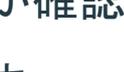
**Point 2**  
表情や反応から相手の  
気持ちを想像してみる



**Point 3**  
聞く側の態度や  
返答についても学ぶ



**Point 4** **実践ポイント**  
場面に応じた返答を  
見ているか得意が表示  
返答の顔と見るべき場所を  
見ているか顔色表示が赤色



## 自己紹介(1対1) つづき

学校種  
自己表現 **A1-01**

体験時間：約1分 | 初級・中級

### 3. VRトレーニングの目標設定

- 自己紹介の際にエピソードも添えて話せることができる
- 挨拶や声量、目線なども意識して話せることができる
- 自己紹介の際に、実際に答えていくかの確認について話せることができる
- 挨拶や声量、目線など、ひとつひとつ意識して話せることができる
- 自己紹介の際に返さる顔がひとりでわかる



### 4. VRトレーニング進行

場面	実行	引き出したい言葉・思考	評価
準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己紹介の練習をするVRアプリをインストール</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>自己紹介の練習をする</li> </ul>		
実践	<ul style="list-style-type: none"> <li>VRトレーニングの練習をする</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> </ul>		
VR実践(再入場)			
スクリプト	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己紹介の練習をするVRアプリをインストール</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> </ul>		
準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己紹介の練習をするVRアプリをインストール</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> </ul>		
実践	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己紹介の練習をするVRアプリをインストール</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> <li>VRゴーグルを準備する</li> </ul>		

- VR体験をしてもらい、内容の確認と質問や意見交換  
進行シートに沿ってどこまで理解ができたか確認をします。
- 実生活で今後気を付けることなどを共有します。

## 最後に

他の人がどんなことを感じているのかや考えているのかを推測する力は、成長する中で自然と身に着けている方もいますが、人とコミュニケーションをとる機会が少なかったり、自閉症などの傾向があると十分に育たないと言われてしています。

相手とのやり取りや自分の思いを言葉にすることが苦手なお子様でも練習を積み、VRを通してコミュニケーションの基礎を身に着けていってもらえればと考えています。