

自立活動だより

大学連携

04

自立と社会参加のスキルを身に付けよう —自立活動「ころあっぷタイム」—



本校が大学と連携して進めている自立活動の指導の一つに、メンタルヘルス予防プログラム「ころあっぷタイム」があります。今年度は、高等部みらいデザインコースを中心に実施しています。現在や将来の生活において経験する様々な課題に対し、自分なりの対処スキルを獲得し、自己理解や心理的レジリエンスを育て、社会参加の力を高めることをねらいます。



同志社大学
心理学部
アドバイザー
鳴海研究支援員
松原研究支援員

自立活動アドバイザーとの連携

プログラム全体で12のテーマを扱います。落ち込んだ時に「ちょっぴりうきうきできること」を探す『楽しいことを探そう』や、上手な頼み方・断り方のスキルを学ぶ『きちんと伝えよう』、自分や友達の『すてきな性格をさがそう』等、社会参加につながる様々なスキルを学びます。

毎回決まった人物が登場して、漫画で興味・関心をもてるようにしたり、問題解決のヒントとなるアイテムが登場したりして、内容に親しみながら印象に残りやすい方法で学習を進めています。



友達の「すてきな性格」を見つけて付箋紙に書き、「すてきな性格の木」を作りました。

「いろいろな考えをしてみよう」

Teamsを使って、学級内で意見交流やグループワークをしています。

「あたたかい言葉をかけよう」

一人一人、iPadに自分の考えを書き込んでいます。



コミュニケーション

「困った気持ちをつかまえよう」

心理的な安定



「ころあっぷタイム」研修会

同志社大学の研究員の先生方をお招きし、プログラムのねらいや内容についての講演と、授業への指導助言をいただきました。一人一人の生徒が、自分や友達の考えや感情に気付き、自己理解を高めるためには、どのような手立てや工夫が必要か、様々な助言をいただきました。



PTA及び自立活動推進担当共催研修会

「みがく むすぶ きりひろく ～地域と共に歩むためにできること～」



8月22日(月)に、たすく株式会社代表 齊藤宇開先生をお招きし、保護者向け及び教職員向けに、現在及び将来の豊かな地域生活のためにできることについて、専門的な知見からお話いただきました。

その後の校内研修では、紹介いただいた『7つのキーポイント評価表』を使って、「学習に向かう力」や「自己調整する力」など、学習の基礎となる自立活動の内容について理解を深めました。

(後日YouTube配信を予定しています。)