

講座であたらしい自分を見つけよう！

# コミュニケーション アシスト講座（通年実施講座）

「コミュニケーションが苦手」「友達と関わることが苦手」「勉強が苦手」・・・

「コミュニケーションアシスト講座」は、そんな悩みを持つ都立高校生の学校生活を応援する講座。学校とは別の場所で、ソーシャルスキル・コミュニケーションスキルを学んでみませんか？

本講座での活動を通して新しい体験・発見をし、新しい友達を作りましょう。自分の良さに気づき、これからの学校生活をより良いものにしていきましょう。

※本講座における「ソーシャルスキル・コミュニケーションスキルの学習」は、社会生活に必要な技能（例えば、人とのコミュニケーションや社会生活に必要なルールやマナーなど）を、学んで実践できるようになるための学習です。

■内容： 1時間目 個別学習/60分  
2時間目 集団活動/50分 計120分（休憩10分）

## 個別学習

八つのプログラムから自分の課題に合わせたプログラムを選んだり組み合わせたりして、個別に学びます！

- 生徒1～3人/指導スタッフ1人  
詳細は裏面へ

コミュニケーション

イメージ・想像

ビジネス

スケジュール管理

「聞く」「話す」

感情コントロール

「読む」「書く」

ソーシャル  
スキル向上

## 集団活動

全体又はグループ別で協力・役割分担をしながら楽しく学びます！

- 生徒30人程度（全体又はグループ別）  
詳細は裏面へ

★特別授業！

プレゼンテーション

仕事体験

★成果発表！

学校生活に役立つ！



# プログラム内容（例）

## 1 時間目 個別学習 八つのプログラムから自分の課題に合わせてプログラムが選べる

1	ソーシャルスキル向上（全28回）	ソーシャルスキルの基礎からしっかり学び、社会性を高めます。
2	コミュニケーション（全28回）	コミュニケーションに必要なスキルを身につけ、練習します。
3	「読む」「書く」（各14回）	「読む」「書く」コツを知って、自分に合う学習方法を見つけます。
4	「聞く」「話す」（各14回）	「聞く」「話す」コツを知って、コミュニケーションに役立てます。
5	想像・イメージ（全14回）	想像・イメージする楽しさを知り、見えない世界を楽しみます。
6	感情理解・コントロール（全14回）	自分の気持ちを理解して、コントロールできる方法を見つけます。
7	スケジュール管理・プランニング（全14回）	スケジュール管理や計画の立て方を学び、実践できるようにします。
8	ビジネススキル（全14回）	働くために必要なスキルを身につけ、これからの仕事に役立てます。

例①「感情コントロール」（14回）と「スケジュール管理」（14回）を組み合わせる

例②人付き合いが苦手なので、コミュニケーション（28回）を学ぶ

## 2 時間目 集団活動 第1期～第4期のテーマについてクラス全体又はグループで楽しく学ぶ

第1期（6～7月）	テーマ：「自分」をよく知る	自己理解を深め、プレゼンテーションを通して自分の良い所を伝える力を磨きましょう。
第2期（9～10月）	テーマ：「コミュニケーション」の力をつける	友達とのコミュニケーション、SNSでのコミュニケーションなど、グループワークを通して学びましょう。
第3期（11～12月）	テーマ：「社会」について知る	社会のルール・マナーについて知り、自分たちの生活を見直しましょう。社会の出来事を身近な問題として考えます。
第4期（1～2月）	テーマ：「これから」について考える	金銭管理や時間管理を学び、自立に向けたスキルを身につけます。ビジネスマナーを学び、仕事体験にチャレンジしましょう。



## ●特別授業「あたらしい自分を見つける」きっかけをくれる人生の先輩

岩本 友規先生/大人の「生き方」研究所Hライフラボ 「得意なことを活かして働く・生きる」
辻井 正次先生/中京大学 アスペ・エルデの会 「高校生の心の授業～自立してより良く生きる～」
井田 潤先生/元アイ・ビー・エム エンジニア 「ICT活用で学校が変わる、未来が変わる」
中塚 史行先生/教育サポートセンターNIRE 「働くってどんなこと？先輩に話を聞こう」

※ほか、高校生に身近な授業をしてくださる先生方をお招きします。

※※ 記載の実施内容は例示です。変更になる場合があります。