

コミカ©セミナー2022

「対人関係発達支援セミナー」2021秋のセミナー進化版です。

「お友達と仲良くしたい様子だけれど、どうしたら良いかわからないようだ」など、人とのコミュニケーションがうまくいかないお子さんを、ご両親がご家庭で支援するための基礎知識をお伝えし、取り組みのきっかけを作る zoom利用オンラインのペアレントセミナーです。

「コミカ©」：コミット&コミュニケーション, 人とつながる・関わりとなるコミュニケーションカのことです。

人と関わる、いわゆるコミュニケーションの力は、「ソーシャルスキル」と呼ばれ、ロールプレイなどで教えるプログラムもありますね。大人とならうまくやれるけど、お友達とはなかなか。。というお子さんもよくいらっしゃる気がします。

同年代のお友達との関わりは、あっという間にパパパパン、と進んでしまって、待ったなし！一つ目の難しさはここですね。

難しさ① コミュニケーションは瞬時に起こり、過ぎ去っていくから

本当に0.1秒以下のタイミング「応え」てますよね、言葉だけでなく顔の表情、姿勢でも。あっという間に、同年代の子供たちの関心も移り変わっていきます。相手がゆっくり待って聞いてくれる相手ばかりなわけもなく、大変です。

そして、人とつながるということは相手次第ということ。相手によって、また、状況によって「どう応える」か正解は皆違ってきます。これが二つ目。

難しさ② どう応えるのが良いのか、テストじゃないから正解がないこと

決まったやり取りばかりではなく、その場で目の前の起こっていることや相手の様子によってどう応えるのが良いのか、正解はありません。正解のないことを教えることはできませんよね。

また、「答える」ことがコミュニケーションとは限りません。「応える」の方がふさわしいと思います。

よくあるお母さんからのお悩みは「やりとりが1往復以上続かない」ですが、日々、質問が多くなっていないでしょうか。。。

質問すれば答えておしまいです。1往復でおしまい、当然です。

コミュニケーションは「質問」に「回答」することでもありません。

電子辞書とかアレクサとか、AIを育てようとしているわけではないはず。

「そういう時はこう判断してこう言うのよ」と教えられればできる、ならば困りません。

難しさ③：感じ、考えている「自分」がないと「応える」対等な相手になれないから

必要なのは「前こんなことした時、こんな気持ちだったなあ」のように記憶（エピソード記憶と言います）を持っていて、感じ考えて相手（の言葉だけでなく存在）を受け入れて、応える「人間」。うまく受け取れなくて応えないとしてもそれは「人間」だから。調子があんまりよくなかったり、応えたい気分や体調じゃないことだってありますよね！

本来、自由なのではないかと思うんです、何て応えようと、応えまいと。

ただ、その応えたり応えなかったり、応えてもらえなかったりする色々な経験の中で育つものがある、ということ。

一緒に帰るお友達が他の人はいるんだな、と気づいて、なんで自分にはいないんだろう、って思うようになった、それは次のステップにもうつながっているんです。

実際、幼稚園や保育園・小学校など、保護者がそばにいない、その場で、予測不能な方向へ展開していくコミュニケーションの中でどうしたらいいか、考えてあげるのは不可能ではないかなあ。。

人とのコミュニケーションについて「言い方を教える」よりも、覚えておいてほしいのは、相手も自分も、気持ちや意志のある存在だということ。

その表情に気づいたり気持ちを想像したり、前はこんなこと言っていたなあ、と以前の経験から考えたり... これまでの成長の過程を知っているお母さんだからこそできる、お子さんの内側の気づきや育ちをズームアップ、注目して、お子さんの方の「気づく力」その次に「考える力」を伸ばしてあげる貴重なチャンスがそこに転がっています。代わりに考えてあげちゃったら成長のチャンスを奪ってしまってるかもしれないです。

前提は「三子の魂百まで」。魂の経験していることを尊重し、「気づき考える存在」であるお子さんを認めてあげよう、というところにあります。

まだ発話が少ないお子さんでも、コミュニケーションの基礎となる部分をしっかり育ててあげることが必要です。

わかっている、言葉にするところまでのどこかにエラーが起こっていてうまく言葉にできないだけかもしれないという可能性をお忘れなく。実は覚えているかもしれない、わかっているかもしれない、直ぐには応えられてないだけで...

このコミュニケーションを育てる過程で、まだよく外へ見えてきていないお子さんの「自分」はどこにあるのかな？ちょっと隠れてるけどあると思って探しながら進みます。

そのお子さんの本来の姿、自分らしさ、人格形成につながる部分を経験を介して育ててあげることになるからです。

だれかとのやりとりを経験する中で、気持ちがつながったり、うれしかったり、相手の感じ方と自分が違うことに気付いて、違っていいんだ、と思える、など...

こうした、無数の「ほかのだれか」とのやりとりを介して、自分自身、SELFが形成されます。そして私、僕ってこういう人間なんだ、これでいいんだ、自分を認められる、客観的に自分を見ることができるようになります。

「ほかの誰か」がいないと「自分」が、できてこないということです。

これは、習い事？のように療育やセラピーで誰か他の大人がすること、というより、ご家庭で保護者だからこそ、少しずつ丁寧にマイペースで、じっくりと付き合える、見守ってあげられる、大事な過程だと当カウンセリングルームは考えています。

「家庭で保護者が取り組むからうまくいく療育」です。

いずれはお子さんがその場や相手、相手との関係により、やり取りして気持ちがつながる経験ができるよう、そこまでに周囲の大人ができることを5回に分けて概念説明・体験しながら進めます。その後実際にご家庭でお子さんと、今はこんなことするとどうなるだろう？と試しながら次の回へと進みます。少人数のセミナーですので、途中ご質問等の時間も取れません（各回定員5名）

【各回の内容】時間 60分 全て月曜日 10:30-11:30、月2回のペースで始まり、徐々に間隔が長くなり、家庭でご自身で設定するポイントに取り組んでみる期間が長くなります。

回	日時	テーマ・トピック
1	6月6日	人とのコミュニケーションに「定型」はない =Dynamic Communication= ▷2週間お試しキーワード設定
2	6月20日	感情・行動のコントロールとコミュニケーション = self-regulation⇔co-regulation = ▷振り返り→次のキーポイント設定
3	7月4日	言葉ではないところでしっかりつながる =Non-verbal communication= ▷3週間の取り組みポイント設定
4	7月25日	言葉で伝えたいことは、本当は何か =Declarative Language= ▷夏休み4週間の取り組みイメージ設定
5	8月29日	《まとめ》身体や神経システム・感覚からの安定・安心 「人と一緒にいること」=Social Referencing= <初回～夏休み中の取り組みの結果まとめ>

※内容とワークは参加して下さった方の反応や感じ方・ご質問・求めている体験などによりdynamicダイナミックに変化してくかもしれません：)

【対人関係発達支援オンラインセミナー申し込み用紙】 2022年 月 日記入

ふりがな
保護者のお名前 (年齢) (歳)
ふりがな
お子さんのお名前と性別 (年齢) 男・女 (歳)
A) お子さんのコミュニケーションについて心配している点・困っている点
B) 典型的なお子さんのコミュニケーションの場面 (具体的に)
例) 同じ幼稚園のクラスのお友達が「..しよう」と誘っても無視する
C) ご参加にあたってのご質問・ご要望など

◇個人情報保護方針

発達障害専門カウンセリングルーム PYC子育てラボ（以下当ルーム）では、安心してカウンセリングやセミナーを受けていただくために、利用者の個人情報の取り扱いに細心の注意を払っています。

当ルームは、利用者の個人情報（住所、電話番号、eメールアドレス、本サービスの利用状況等）及び相談内容、セミナー内の質問や会話、共有された話題を第三者に開示することはありません。また、セミナー参加者もセミナー内で共有される情報をこのセミナー時間以外の時間や場所・相手にシェアすることはありません。

ご予約の変更や確認にかかわる連絡などの事務作業に一部の登録情報を使用することがありますが、個人情報保護法等により、相談・セミナー内の情報の秘密は厳守（守秘義務）とし、個人が特定できるような情報や相談内容を第三者に開示いたしません。

なお、ご利用にあたり守秘義務の例外とする場合についても記載しておりますので、以下の弊社ホームページにてご確認をお願いいたします。 <https://www.yourchord.jp/個人情報保護方針/>

以上について説明を受け、了解しました。

年 月 日

ご住所：

お名前：