

ライフスキル & ソーシャルスキル

発達障害児・者には、どちらのスキルも大切だと聞けけれど…その違いは？



ライフスキルとは？ 個人でもできることはたくさん！一緒にライフスキルについて学びませんか？

WHO(世界保健機関)によると……

日常生活に生じるさまざまな問題や要求に対して、より建設的かつ効果的に対処するために必要な能力のこと。

次の10項目が挙げられています。



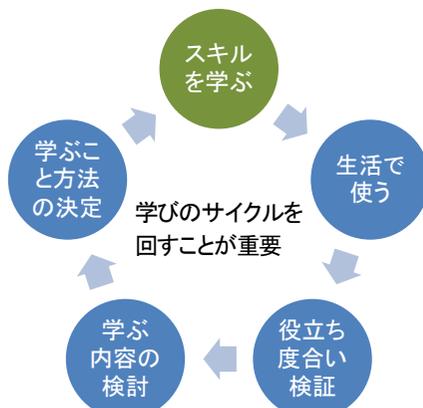
日常生活に必要なスキルで、例えば、自分で料理を作ったり、掃除をしたりすることなども含まれます。ライフスキルが高められると、生活がより豊かになります。

ソーシャルスキルとは？

人が生きていく上で必要な人間関係やコミュニケーションに関わる技術や技能のこと。

ソーシャルスキルを身に付けることで、私たちは社会の中で自立し、主体的に人と関わりながら生活できます。それは、日常生活において、集団のルールを守ったり、他の人の行動を観察したりする経験から、自然に身に付けるものです。しかし、コミュニケーションを苦手とする発達障害児・者は、自然な習得が難しい場合があります。

そこで、必要なのが SST(Social Skills Training)。日常生活の中で生かせるよう場面設定し、トレーニングすることです。ダンボクラブでも、積極的に SST に取り組んでいます。



一般社団法人 全国地域生活支援機構 HP より

JDDnet 愛媛主催連続講座

発達の凸凹が気になるお子さまの

ライフスキル講座

WHO(世界保健機関)は、日々の暮らしを大過なく、健康で幸福に生きていく力として「ライフスキル」という概念を提唱しています。ライフスキルの必要性は、年齢が上がるほど表面化します。将来に備えて、今から身につけたいライフスキルを、一緒に考えませんか？

【講師】 武田 梢氏 (NPO 法人ぶちすてっぷ理事、相談支援専門員)

【日時】 2023年11月12日(日) ライフスキル総論
2023年11月19日(日) 幼児期のライフスキル
2023年12月2日(土) 児童期のライフスキル
2023年12月16日(土) 思春期/青年期のライフスキル
※時間はいずれも 10:00~12:00 です。

【場所】 松山市男女共同参画センターコムズ ※会場は変更になる場合があります
11月12日は会議室2
11月19日、12月2日は会議室5
12月16日は和室

【参加費】 無料(資料代 500円) 【定員】 各日 25名

【対象者】 発達障がいもしくはその疑いのある子どもを育てる保護者
発達(障がい)支援を行なう専門職や支援者
ライフスキルについて学びたい方

<申し込み・お問合せ>
JDDnet 愛媛 FAX=089-965-2593
e-mail: jddnetehime@hotmail.co.jp
※事情により、延期・中止・オンラインとする場合があります。

氏名 _____ 携帯番号 _____

参加できる日程に○をつけてください。
(※4回連続講座なのでなるべく全ての受講をオススメします。)
【参加希望日】 11月12日・11月19日・12月2日・12月16日

この活動は愛媛県「三浦保」愛基金助成事業です。