

# SST-VR

## SST(ソーシャルスキルトレーニング)

社会生活スキルトレーニング (SST)とは  
人と関わる場面での、適切な対応方法をロールプレイを通じて学びます。

- 言いたいことが上手く伝えられない・・・
- 人に話しかけるのが苦手・・・
- 病気について相談したい・・・



## VRでやるSST(バーチャルリアリティで行うSST)

現実世界にいるようなバーチャル空間で、自分が主人公になったかのような体験ができます。  
VR映像では、職場やコンビニ・日常生活の場面が再現されています。  
未体験の場面でもイメージがしやすいので、実践に活かされやすいです。



当院のSSTは、グループでも個別でも行っています。  
興味があれば、気軽にスタッフに相談してください。