

3. 子育ての悩み編

③ <sup>たの くる</sup> 楽苦しい時間が親子を育てる ～子育ての喜びと悩み～

《ねらい》

○子育ての喜びや悩みを共有し、新たな気持ちで子どもと接する契機とする。

《準備物》

- ファシリテータ：付箋（大）：ピンクと黄色一人各5枚×参加人数分）、模造紙（右記のようなものを準備し、各自が記入した付箋を適宜配置する）
- 参加者：筆記用具

	時間	主な活動	発言	留意点
導入 (10)		1. 学習のねらい  子育てに行き詰まるとつい、子どもにイライラをぶつかけたり、自分を責めたり、「誰もわかってくれない」と孤立感を深めたりすることがあります。反面、一緒に楽しみ、子どもの成長を感じる瞬間は親の喜びであり、子どもからパワーをもらいます。今日は、子育ての「喜びや楽しみ」、「気になることや悩み」など、自分の気持ちを吐き出し、ストレス解消と心の整理をしましょう。その前に、ちょっとリラックスするために、簡単なゲームをしましょう。		
		2. アイスブレイク ・グループ分け ・自己紹介	アイスブレイクの例参照	・4人程度のグループに分ける。
		3. ルールとマナーの確認	P. 6参照	
展開 (35)	10	4. 付箋に記入する ・「喜びや楽しみ」(ピンク色) ・「悩み」(黄色)	※話合いのテーマを決める。  4. 子育ての「喜びや楽しみ」をピンク色の付箋に、「気になることや悩み」を黄色の付箋に、それぞれ5枚程度書きましょう。	※話合いのテーマは決めておいても、参加者と決めてもよい。 ・「喜び」と「悩み」で付箋の色を変えるとよい。 ・一枚の付箋に一項目ずつ記入する。
	15	5. グループで活動する。 ・模造紙に付箋を貼りながら話す。	5. 付箋に書いた「喜び」や「悩み」を模造紙に貼っていきましょう。 <b>ワーク1</b> 一人ずつ順番に、自分の考えを紹介しながら、自分の思う位置に貼ってください。他の方は、同じ内容のものがあればその近くに貼ってください。	・一人が一気に全部出さずに、一枚ずつ出す。 ・作業の進行を見ながら声掛けをする。
	10	6. ワークシートに記入する。	6. 模造紙に貼られたみなさんの「楽しみ」「悩み」からどんなことを感じられましたか。 <b>ワーク2</b> に記入し、グループで紹介しましょう。	・個人で感じたことをそれぞれ記入する。
まとめ (15)	5	7. ふりかえり	7. このワークをふりかえって、気づいたこと、感じたことをまとめてみましょう。	
	10	8. まとめ  いかがでしたか。今日は、他の保護者の方の悩みを聞くことで「みんな、同じだなあ」とほっとされたり、ご自分の子どもさんとのかかわりをふりかえったりする機会になったと思います。これからも親同士のつながりを大切に、ほっと一息ついたり、子育てを見直す機会を持ったりしていきましょう。		



### ③ <sup>たの</sup> <sup>くる</sup> 楽苦しい時間が親子を育てる ～子育ての喜びと悩み～



子育てに喜びと悩みはつきもの。他の保護者の方はどう思っているのでしょうか。今日は、みんなで楽しく話し合ってみましょう。

#### ワーク1

次のような模造紙をグループごとに準備し、各自が喜びと悩みを記入した付箋を貼っていきましょう。(後で、この用紙にメモしていてもかまいません。)

#### 子育ての喜びと悩み ～さて、あなたは?～

《 》

《 》

《 》

《 》

話し合うテーマを《 》の中に入れてください。

(例) 身体・健康、学習、生活習慣(睡眠・食事・排泄等)、しつけ、性格、発達等

#### ワーク2

模造紙に貼られた付箋を見て感じたことを書きましょう。

Blank area for writing responses.

#### ふりかえり

