

II-1 子どもの顔を見て話していますか

【プログラムのねらい】

- ・子どもとの何気ない日常的な会話のなかで、聞いたり話したりする時の自分の癖に気づき、気持ちのよい会話をするための方法を考える。
- ・人に話をきちんと聞いてもらうとどんな気持ちになるかを体験して、今後の子育てやコミュニケーションに生かす。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶ アイスブレイキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ分け(4人グループになる) 	P2「アイスブレイキング各種」参照
30分	<p>▶ Work</p> <ul style="list-style-type: none"> ・エピソードを読み、「勇太君の気持ちを体験してみましょう」とロールプレイの説明をする。 ・勇太役、母親役、観察者2人の役割を決める。(時計回りで順に交代し、全員がすべての役割を行う) ・ロールプレイをする(3分+意見交換2分=5分)×4回 <ul style="list-style-type: none"> ※勇太と母親になりエピソードの再現をする。 ※どんな気持ち(自分自身・相手への)になるかグループで出し合う。 ・勇太、お母さんの気持ちを考え、ワークシート②に書く。 	<p>エピソード</p> <p>メモ紙(観察者用)</p>
20分	<p>▶ グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・考えられる対応を話し合い、ワークシート③にまとめる。 ・会話をする時の自分の癖を書き出す。 ・時間のないときに子どもの話を聞く工夫を考える。 ・出席者全体でロールプレイを通して気付いたことを発表し合い、共有する。 ・他のグループの発表に対しての感想を書き留める。 ・今日のプログラムで感じたこと学んだことを書き出す。 ・今後自分に実践できそうなことを書き出す。 	<p>資料</p> <p>振り返りシート</p>

Ⅱ-2 早寝・早起き・朝ごはん

【プログラムのねらい】

- ・幼児期に、早寝早起きという生活リズムや偏食のない食生活を定着させることは、これからの成長期を迎える上で大切であることを再認識する。
- ・子どもに、「好き嫌いなく食べなさい」「早く起きなさい」と言うだけでなく、親も一緒に生活リズムを見直し、楽しみながらできそうな方法を考える。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶ アイスブレーキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ分け(4~5人のグループに分ける) 	P2「アイスブレーキング各種」参照
30分	<p>▶ Work</p> <p>エピソードを読み、「自分が陽一や陽菜の親だったらどんな工夫をするか」について各自で考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各自で考えた工夫をグループ内で発表する。 ・早寝早起きの工夫の例 <ul style="list-style-type: none"> ※絵本を読んだら寝るというリズムをつくる。 ※日中戸外でしっかり遊ばせる。 ※帰宅が遅い父親は朝子どもと触れ合うようにする。 ※父親の休日にはしっかりと父親と遊ぶ。 ・偏食についての工夫の例 <ul style="list-style-type: none"> ※野菜をプランターで一緒に育ててみる。 ※一緒に料理をする。 ※食事の買い物を一緒にする。 ※率先して親がおいしそうに食べる。 ※一人で食事をさせない。 ※食事時間に空腹になるようにする。 <p>【ポイント】 親も一緒に楽しみながら生活サイクル、食事を変えていくアイデアが大切。</p>	<p>エピソード メモ用紙配布</p> <p>ホワイトボードや大きな紙に、発表された意見を並べ、様々なアイデアを共有する。 偏食は、親も同じような嗜好をもつことも多いもの。まずは親自身の食事内容を振り返ってみることが大切。</p>
20分	<p>▶ グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各グループで出たアイデアについて全体で発表・紹介し、話し合う。 ・各自で自分が子どもに対して生かせそうなこと、気付いたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。 	振り返りシート

Ⅱ-3 子ども同士のトラブルにどうかかわりますか

【プログラムのねらい】

- ・子どものトラブルにかかわるあいまいな対応は子どもを傷つけ、親子の信頼関係にどんな影響を及ぼすかを考える。
- ・疑似体験をし、気持ちを共有することにより、子どものトラブルへの対応の仕方を学ぶ。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶ アイスブレイキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ分け（4～5人のグループに分ける） 	P2「アイスブレイキング各種」参照
30分	<p>▶ Work</p> <p>エピソードを読み、「健太郎くんや母親だったらどんな対応をするか」について考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健太郎くんの気持ちを考える。 <ul style="list-style-type: none"> ※ブランコに乗れないことへの気持ち ※横入りをしている啓介への気持ち ※倒すつもりはなかったこと など ・健太郎くんの母親としての対応の仕方を考える。 <ul style="list-style-type: none"> ※健太郎くんに対して 健太郎くんの気持ちに共感しながらも、気持ちの伝え方へのアドバイス（言葉で伝える・倒したことへの謝罪等） ※啓介くんに対して けがをしていないか確認し、健太郎に謝罪させながら、健太郎くんにもブランコに乗らせてあげてねと頼む等 ※啓介くんの母親に対して 啓介くんを倒したことに対して謝罪しながら、健太郎くんの気持ちについて伝える等 	<p>エピソード メモ用紙配布</p> <p>メモに書く 健太郎の立場になって みることで、母親として 我が子にどう対応するか のヒントを得る。</p> <p>親同士のいい関係が、 子どものトラブルの時に も影響することに気付ける ように。</p>
20分	<p>▶ グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各グループで出たアイデアについて全体で発表・紹介し、話し合う。 ・各自で自分が子どもに対して生かせそうなこと、気付いたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。 	振り返りシート

Ⅱ-4 家族みんなで子どもの自律を促しましょう

【プログラムのねらい】

・親の感情や家族メンバーによるしつけのルールの違いや、一方的な押し付けが子どもを混乱させることを知り、自律を促すためのしつけの仕方について考える。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶ アイスブレイキング</p> <p>・グループ分け(4~5人のグループに分ける)</p>	P2「アイスブレイキング各種」参照
30分	<p>▶ Work</p> <p>エピソードを読み、「母親だったらどんな対応をするか」について考える。</p> <p>・母親が困った理由を考える。</p> <p>※人前で拓斗くんがひっくり返って泣き叫んだこと ※父親としつけのルールが違ったこと など</p> <p>・子どもの自律を促すための約束事や工夫を考える。</p> <p>※食器の後片付けをする、買い物のたびにお菓子を買わない ※パジャマをたたむ、ご飯を食べたら歯を磨くなど ※食事の準備、新聞の取り込みと整理、回覧板を回す ※植物への水やりなど</p> <p>・どのようにして決めたかを書く</p> <p>※家族全員で話し合って決める (親が一方的に決めて子どもが理解していない、などがないか をチェックする)</p> <p>・子どもが守るようにするにはどうしたらいいか</p> <p>※家族全員が同じようにルールを理解し守る ※親のその日の気分によって変えない など</p>	<p>エピソード メモ用紙配布</p> <p>メモに書く</p>
20分	<p>▶ グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <p>・各グループで出たアイデアについて全体で発表・紹介し、話し合う。</p> <p>・各自で自分が子どもに対して生かせそうなこと、気付いたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。</p>	振り返りシート

Ⅱ-5 言葉掛けを見直してみませんか

【プログラムのねらい】

- ・意識せず日常的に使っている言葉が積み重なると子どもの成長にとってマイナスの影響があることに気付く。
- ・親の言葉掛けを見直し、子どもへの影響を考える。

【プログラムの展開例】

時間	進め方	準備
10分	<p>▶ アイスブレイキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ分け(4～5人のグループに分ける) 	P2「アイスブレイキング各種」参照
30分	<p>▶ Work</p> <p>エピソードを読み、「弘が約束を守れない理由」について考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・弘が約束を守れない理由 <ul style="list-style-type: none"> ※3歳という年齢では、約束の内容が高度すぎる。 ※弘は不安が強く、母親に対する甘えが満たされていない。 ・弘の思い <ul style="list-style-type: none"> ※自分はダメだ ※お母さんを怒らせてしまった ・コミュニケーションの分類 <ul style="list-style-type: none"> ※実際にやってみて、似たような言葉掛けを自分もしていないかを考えてみる。母親が困った理由を考える。 	エピソードメモ用紙配布
20分	<p>▶ グループ発表、まとめ、振り返りシート</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各グループで出たアイデアについて全体で発表・紹介し、話し合う。 ・各自で自分が子どもに対して生かせそうなこと、気付いたこと、今後やってみたいことを振り返りシートに記入する。 	振り返りシート