

<懇談会資料2> ★<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、気持ちをリラックスさせて新たな気持ちで子どもと接する契機とする。

「準備物」

付箋 (大)：ピンクと黄色一人各5枚×参加者数分・A3の白紙・筆記用具

	時間	主な活動・発言	留意点
導 入	10分	1：ねらい	
		<p>子育てに行き詰まると、つい子どもにイライラをぶついたり、自分を責めたり、「誰もわかってくれない」と孤立感を深めることがあります。半面、一緒に楽しんだり、子育て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」等、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しましょう。</p> <p>2：アイスブレイキング ・お名前を教えてください。今日は下のお名前呼び合しましょう。</p> <p>3：ルールとマナーの確認 ・他者の発言は否定しません。相談しないで自分の思いを書きましょう。</p>	・職員も名前で呼び親近感を深める
展 開	5分	4：付箋に記入する ・「喜びや楽しみ」：ピンク色 ・「気になることや悩み、嫌なこと」：黄色	・1枚の付箋に一項目ずつ記入
		<p>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、嫌なこと」を黄色の付箋にそれぞれ5枚程度書いてみましょう。</p>	
	15分	5：A3の白紙に付箋を配置する	
30	10分	<p>付箋に書いた「喜び」や「悩み」を白い紙に貼っていきましょう。</p> <p>ワーク1：一人ずつ順番に、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。一巡目は「喜び」二巡目は「悩み」と、交互に一枚ずつ付箋がなくなるまで紹介しましょう。</p>	
		6：ワークシートに記入する	
ま と め	5分	7：ふりかえり	
		<p>今日、参加されて感じたこと、気づいたことをワークシートに書きましょう。</p>	
10	5分	8：まとめ	
		<p>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「同じだなあ」とほっとしたり、自分の悩みに改めて気づくことができましたか？また、子どもさんとの関わりを振り返る機会にもなったと思います。これからも保護者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もっていきましょう。</p>	



たのくる

## ★楽苦しい時間が親子を育てる ～子育ての喜びと悩み～（ワークシート）

子育てに喜びと悩みはつきものです。他の保護者の方はどうなのかしら…？  
今日は、みんなで楽しく話し合ってみましょう！

<ワーク1> 次のように用意したA3の白い紙に、各自が記入した付箋（喜びと悩み）  
を貼っていきましょう。（この用紙はメモに使ってください）

子育ての喜びと悩み		～ さて、あなたは？ ～	
< 身体・健康面 >		< 知能・学習面 >	
< 生活習慣・しつけ >		< 性格・内面 >	

<ワーク2> A3の白い紙に貼られた付箋を見て感じたことを書きましょう

まとめ…  
今日を振り返って

