

このシートを見本にして、自分の子どもとの関係で困っていることを書き込んでください。

# みんなで寄せ書き 子育てカフェ

①皆さんは、表紙にあるような“反抗期…?”と思われる事、お子さんにありますか？あなた自身が思い当たる、お子さんの「ここが気になるんだよな～」と思う事を何か一つ書いてみましょう。

例) 息子が最近、口ごたえするようになりました。で、ついつい自分も声が大きくなってしまっ…。



②用紙を順番にまわしながら、解決策を考えて、寄せ書きしてあげましょう。あわせて励ましやねぎらいの言葉も添えましょう。

例) あるある。  
そんな時は、大きく深呼吸して、エスカレートしないように一呼吸おくようになっています。大変だけどお互いガンバ!

あなたの声

あなたの声

あなたの声

あなたの声

③いただいた寄せ書きの中で、心に残ったものを選び、自分の感想をグループの皆さんに紹介しましょう。

これって反抗期？

# ゆれる心の子どもに向き合おう



幼い頃は、お父さん・お母さん・先生の言うことに「はい」って答えてくれたのに…。  
なんか最近は、素直じゃないというか、口ごたえやヘリカツが増えたみたいで…。  
これって反抗期…?

みんなで寄せ書き  
子育てカフェ

## みんなのルール

- 話をしたくない時は、聞いているだけでもいいですよ。
- うまく話ができなくてもいいですよ。
- 他の人が話している時は、みんなで聞きましょう。
- プライベートな話は外へ持ち出さないようにしましょう。
- この時間を楽しみましょう。

みんなで寄せ書き  
子育てカフェ

上文のような“反抗期…?”と思われる事、お子さんにありますか？  
あなた自身が思い当たる、お子さんの「ここが気になるんだよな～」  
と思う事をワークシート1に書いてみましょう。

## エピソード1 「こんなとき どうしますか？」

小学校5年生の息子がいます。名前は大五郎です。  
最近、ちょっと態度が反抗的になってきて、どう対応していいか、分からなくなる時があります。質問をしてもなかなか返事をしないので、少し強い口調で尋ねると、怒ってしまい、外へ出てしまったり、常にイライラしたりしている様子……。  
家では学校から帰ってくると、勉強はそっこのけで携帯型ゲームに夢中です。そのためか、テストの成績も下がる一方です。

ある日、このままではだめだと思い、かなり抵抗されましたが、ゲームを取り上げました。

「ふざけるな！」の一言を言い残し、とうとう部屋に閉じこもってしまい、出てこなくなりました。  
部屋の中では、ドンドンと壁や物にあたっているような音が何度もしています。そして一言。

「返してくれなかったら、家出してやるからな！本気だからな！」  
という声が聞こえてきました。



### ワーク1

あなたが大五郎君の家の人だったら、どうしますか？

### ワーク2

部屋に閉じこもった大五郎君は、どんな気持ちになっていると思いますか？また、どのようなことを考えていると思いますか？  
(大五郎君の立場になって考えてみましょう)



### ワーク3

## グループワークを振り返りましょう。

これまでのグループワークを振り返りながら、反抗期の子どもたちに対して、どのようなかわりをする必要があるか、考えたり、話し合ったりしてみましょう。



(5分)	担当 ( )	①ワーク3の問いかけをし、グループで話し合ってもらおう。 ②ワーク3の問いかけに対してグループで話してもらったことを付箋紙に書き込んでもらおう。	①ファシリテーターの問いに対して考え、グループで話し合う。 ②付箋紙に書き込む。	※消極的な参加者へ目を向け、全員が安心して参加できるように声をかける。 ※参加者へ向けて穏やかな笑顔と肯定的な言葉をかけるようにする。
(5分)		<p>&lt;発表&gt;グループで話し合ってもらったことや付箋紙に書かれたことを発表してもらおう場面をつくる。                  例：全員が模造紙を見られるように広げて提示してもらったり、発表者が発表しやすいように各グループのまとめ役的な人に発表を促す。</p>		
		<p><b>ここでの&lt;ねらい&gt;は、反抗期の特徴を理解した上で、ワーク3をとおして、子どもとのかかわりを考えることです。そして、反抗期と言われる時期の子どもをもつ親同士、共通の悩みや思いを共有することで、心の安定をはかることです。</b></p> 		
まとめ 5分	一斉 & 各自	アンケート&振り返りタイム		
		①アンケート用紙を参加者に配る。	①アンケート用紙を記入する。(自分を振り返る)	準備：アンケート用紙 ※担当1は説明をし、担当2はアンケート用紙を配る。
		さようなら&ありがとうタイム		
		①皆さんへ挨拶をする。 ②グループ内でも互いに挨拶を交わしてもらおう。	①ファシリテーターの挨拶を聞く。 ②グループ内で互いに挨拶を交わす。	※このプログラムをきっかけに、家庭でも話題にしたり、振り返ってほしいことを告げて終了する。

ファシリテーター進行表 (進め方です。参考にしてください。)

テーマ	―これって反抗期？―「ゆれる心の子どもに向き合おう」			
対象会場	小学校児童保護者 小学校、公民館等			
方法	参加型学習 ※PDCAサイクルを大切に実践する。 (P:計画 D:実行 C:チェック A:改善・行動)			
時間	90分 (臨機応変に対応する)			
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>反抗期と言われる時期の子どもをもつ親同士、共通の悩みや思いを共有することで、心の安定がはかれるようにする。</li> <li>他の親が抱えている悩みについて一緒に考えたり、アドバイスや励ましの声を書き込んだりする活動をとおして、客観的に自分や我が子を見つめ直したり、向き合うきっかけを見出したりする。</li> <li>反抗期の特徴を理解した上で、ワーク3を活用し、子どもとのかかわりを考える。</li> </ul>			
準備物	<受付> ・名簿 ・名札 ・マジック、ペン ・カラースポンジ <テーブル> ・『親のみちしるべ』ステージ①のシート(A3二つ折り) ・子育てカフェ用「寄せ書きシート」(A4) ・アンケート用紙 ・文房具(ワークシート記入用ペン人数分、模造紙、大きめの付箋紙、付箋紙記入用マジック人数分) ・予算があればお菓子、飲み物等 ・行政発行資料、子育て関係資料等(受付の場所に置いておいても良い) <会場全体> ・掲示物&ホワイトボード(家庭教育手帳から抜粋したページ等、必要に応じて掲示物を作成する) ・その他必要なグッズ(例:バルーン)			
段階	形態	ファシリテーター	参加者	留意点・準備物
受付	各自	※ワークシート、文房具等はテーブル上に準備。中央に大きめのカラースポンジを目印に置く。 ①名簿をチェックし、参加者に名札を渡す。 ②グループ分け用カラースポンジを取ってもらおう。 ③バルーンを選んでもらおう。	①名簿をチェックし、名札を受け取る。 ②箱の中に入っているカラースポンジを選んで取る。 ③バルーンを選ぶ。	<テーブル> 準備：ワークシート、模造紙、ペン、マジック、付箋紙(お菓子)、中央に大きめのカラースポンジ <受付> 準備：名札(A3用紙を三つ折り)、カラースポンジ、バルーン ※参加しやすいように全員にやさしく声をかける。
はじめ 15分	一斉	よろしくタイム ①担当が開会の挨拶&趣旨説明 ②ファシリテーター紹介⇒自己紹介 (例)「只今紹介されました__と申します。今日は皆様と楽しく有意義な時間を過ごしたいと思います。よろしくお願ひします。」		
担当紹介 (5分)	担当 ( )	①資料の確認をする。	①資料の確認	

	担当 ( )	②趣旨説明、ルール、活動全体の流れを示し、自己紹介をする。	②ファシリテーターの自己紹介を聞く。	
みんなのルール確認 & 自己紹介 (5分)		< みんなのルール > ・話をしたくない時は聞いているだけでもいいですよ。 ・うまく話ができなくてもいいですよ。 ・他の人が話をしている時は、みんなで聞きましょう。 ・プライベートな話は外へ持ち出さないようにしましょう。 ・この時間を楽しみましょう。		
アイスブレイク (5分)	担当 ( )	③グループ内で自己紹介してもらおう。	③互いに自己紹介を行う。	
	担当 ( )	④アイスブレイク ⇒例：バルーンアート ⑤反抗期について少し説明をする。少し説明することで反抗期の子どもに対する親としてのかかわり方について考える時間をもつことを示す。 (資料の活用)	④ファシリテーターと楽しくバルーンアートを行う。 ⑤ファシリテーターの話聞く。	※明るく短く分かりやすく。 ※和やかな雰囲気をつくる。 ※バルーンの準備等を段取りよく行う。 ※反抗期の子どもに対する親としての関わり方について考える余裕をもってもらえるよう配慮する。
展開1 35分	グループ	みんなで寄せ書き [子育てカフェ] ①自分の困っていることを別紙「寄せ書きシート」に書き込んでもらう。 ②回収し、シャッフルする。(後で返却するため裏面にサインをしてもらう) ③バラバラに再度配り、“あなたの声”に応援メッセージを書き込んでもらう。 ④記入済み「寄せ書きシート」をグループ内でまわし、可能な限り書き込んでもらう。 ⑤個人への返却のため再度回収し、机の上に並べる。(サインが見えるよう裏面にする) ⑥応援メッセージでいっぱいになった「寄せ書きシート」を各自に返す。		
(10分)	担当 ( )	①枠内を説明し、参加者の皆さんに、「寄せ書きシート」を書いてもらう。 ②記入後、裏面に自分だけ分かるようなサインを記入してもらい、回収&シャッフルする。	①自分の子どものことで困っていることを別紙「寄せ書きシート」に書き込む。 ②記入後、裏面に自分だけ分かるようなサインを記入する。	<テーブル上確認> 準備：「寄せ書きシート」 準備：ワークシート用ペン ※記入が進まない人がいても無理に書くよう促すようなことはしない。
		寄せ書き “反抗期”…?と思われる事、お子さんにありますか？ あなた自身が思い当たる、お子さんの「ここが気になるんだよね〜」と思う事をワークシート1に書いてみましょう。	“あなたの声”に 応援メッセージを書いてみましょう。	
(20分)	担当 ( )	③バラバラに再度配り、“あなたの声”に応援メッセージを書き込んでもらう。	③再度配られた「寄せ書きシート」の“あなたの声”に応援メッセージを書く。	※説明は担当2が行い、回収・シャッフル・再配布は担当1が行う。

(5分)	担当 ( )	④記入済み“あなたの声”をグループ内で時計回りでまわし、可能な限り書き込んでもらう。 ⑤再度回収し、サインが見えるよう裏面にしておいてテーブルに並べる。	④記入後、「寄せ書きシート」をグループ内で時計回りでまわし、“あなたの声”に応援メッセージを書く。 ⑤記入した「寄せ書きシート」をファシリテーターに渡す。	※グループ内で記入が進まない人がいても無理に書くよう促すようなことはしない。 ※記入に差が出た場合は、書き終えた人同士で「寄せ書きシート」をまわしてもらうよう促す。
		おかえりメッセージ ⑥応援メッセージでいっぱいになった「寄せ書きシート」を各自に返す。	かってきたメッセージを読んでみましょう。 ⑥自分の「寄せ書きシート」をテーブルから取る。	※各自の「寄せ書きシート」が確実に手元に返るよう、確認したり配慮を行う。
<発表>・「寄せ書きシート」を返した後、コメントを読む時間を少し取り、様子を見ながら待つ。 ・「寄せ書きシート」をもとに発表してもらう場面をつくる。 例：時間をかけて記入していた人や“発表しても良いですよ”という表情をしている人に発表を促す。				
ここでの「わらい」は、他の親が抱えている悩みを一緒に考えたい、アドバイスや励ましの声を書き込んだりする活動とおして、客観的に自分や我が子を見つめ直したり、向き合うきっかけを見出したりすることです。				
展開2 35分		エピソード1 「こんなとき、どうしますか？」		
(5分)	担当 ( )	ワーク1 あなたが大五郎君の家の人だったら、どうしますか？	①エピソードを読みあげる。 ②ワーク1問いかけをする。 ③このエピソードに対し、少しグループで話をしてもらい、ワークシートに書き込んでもらう。	①エピソードを聞く。 ②ファシリテーターの問いに対して考える。 ③グループ内で話をしたり、他の人の話を聞き、ワークシートに書き込む。
		※グループごとの雰囲気を把握するため、参加者の表情を見ながら支援する。		
(5分)	担当 ( )	ワーク2 あなたが大五郎の立場だったら、どんな気持ちになるでしょう？ (どんなことが考えられるでしょう?)	①ワーク2の問いかけをする。 ②問いかけに対して付箋紙に書き込んでもらう。	①ファシリテーターの問いに対して考える。 ②付箋紙に書き込む。
		※担当2は担当1が読み上げる声が全体に聞こえているか確認する。 ※付箋紙に書き込んだ内容を参加者同士で共有しあえるよう声がけをする。		
		ワーク3 グループワークを振り返りましょう。		