

| | |
|---------|--|
| 対象 | 全ての親と大人 |
| 方法 | 参加型ワークショップ |
| 時間 | 45分程度（臨機応変に） |
| ねらい | ・子育てを通して「成長した自分」に気づき、子育てを頑張っている自身を大切にできる気持ちをもつ。 |
| 進行のポイント | ・笑顔で、ゆったり、参加者同士の会話を大切にしましょう。 ・「書きたくない、言いたくない時は無理をしないでくださいね」と言っておきましょう。 ・評価や否定をすることなく、参加者と同じ目線で寄り添いながら進めましょう。 |
| 事前準備 | ①「親のみちしるべ」 ②ペン・マジック ③付箋紙 ④模造紙 ⑤名札 ⑥アンケート |

ワークショップの基本的な流れ

| 時間 | 段階 | 内容・参加者 | 形態 | M→メインファシリテーター G→グループサポーター | 留意点 | 備考 |
|-----|-----|--|----------------------------|--|---|--|
| | 受付 | ◇受付・グループの確認 ◇名札の作成（ニックネーム等） | 一 斉 | | | |
| 10分 | 導入 | ①親のみちしるべのプログラムについての説明 ◇親のみちしるべのみんなのルールについて理解する。 ◇グループ内で自己紹介 ②アイスブレイク | グ ル ー プ | M◇笑顔であいさつ MG◇ファシリテーター等 自己紹介 M◇プログラムの趣旨説明 G◇ルールの確認 MG◇アイスブレイク | ・明るい雰囲気を作り、笑顔で対応する。 ・言葉が多くなり過ぎないようにする。 ・参加者の年齢等に応じて、簡単なアイスブレイクを行う。 | ・ワークシート等、資料の確認 |
| 25分 | 展開 | ③グループワーク1 ◆「どんな親になりたいと思ったか」思い出してみる。 ④グループワーク2 ◆「親になって変わったこと」や「こんな自分が好きだな」という事について考える。 ・身近な出来事から思い出していくと考えやすい。 ・質問項目に対し、自分の考えや悩み等を付箋紙に記入したり、話したりする。 ・グループ毎に出された意見を、全体で共有する。 ⑤グループワーク3 ◆「未来の自分へメッセージ」を書く。なりたい自分や、子どもと一緒にやりたい事、行きたい所、自分への励ましのメッセージでもよい。 | グ ル ー プ | M◇ワーク1 ◆親になって、これまでの自分を振り返る事ができるように・・・ M◇ワーク2【ポイント】 ◆参加者が、子育てを頑張っている自分を褒め、認める気持ちももてるように・・・ ・身近な出来事から考えてもらおうとよい。 G◇グループワークの見守り。必要に応じて声がけ。 M◇グループ毎に発表してもらう。 M◇ワーク3 ◆参加者が、明るい未来を想像しながら、メッセージが書けるように・・・ | ・文章形式にこだわらず、箇条書きで良いことを伝える。 ・互いに多くの意見交換ができるように促す。 ・出された意見に共感しながら進める。 | ・ワークシート ・付箋紙 ・ペン マジック ※模造紙 |
| 8分 | まとめ | ⑤振り返り ・ファシリテーターのまとめの話を聞く。 ・アンケートの記入。 | 一 斉 グ ル ー プ | M◇プログラムのねらいを振り返って簡単にまとめの話をする。 ・ワークシート資料について説明する。時間がなければ、後ほど読むように呼びかける。 | ・参加者の考えや意見に共感しながら、簡単にまとめる。 | ・アンケート回収 |