

2. 子育ての悩み

① 子どものすること なすこと イライラお助け隊

《ねらい》

子どもが成長するにつれ、親の思うとおりにいかないことは多々ある。子どもの行動にイライラした経験を話しながら、子どもの自立に向けての親の関わり方について考える。

《準備物》

- ファシリテータ：ワークシート
- 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		
		今日は、みなさんに日ごろ子どもたちの行動について、我慢していることを話していただきながら、子どもとの関わり方について考えていきましょう。その前に、ちょっと心と体をリラックスさせましょう。		
		2. アイスブレイク ・仲間探し	アイスブレイク編P.10 参照	・4人グループを作る。
		3. ルールとマナーの確認	P.6 参照	
展開 (30)	5	4. ワークシートに記入する。 ・子どもへのイライラ(ワーク1) ・その時、そうすればよかったか(ワーク2)	4. 子どもの行動や言動についてイライラしたことはありませんか。その時の様子や、その時どうすればよかったのか ワーク1とワーク2 に記入してみましょう。	・簡単なメモ書きでもよい。 ・すべて記入しなくてもよい。
	15	5. グループで話し合う。 ・イライラの軽減方法(ワーク3)	5. 順番にワーク1と2の内容を紹介しあいましょう。その後、みなさんのイライラが少しでも軽減する方法をグループで話しあって、 ワーク3 に書きましょう。	・子どもとのコミュニケーションでのアイデアや工夫を考える。
	10	6. グループごとに発表をする。	6. グループから出てきたアイデアを紹介してください。	・抽出グループでも可。
まとめ (10)	5	7. ふりかえり	7. 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まとめてください。	
	5	8. まとめ		
		いかかでしたか。子どもが親の思うとおりにいかないのは、成長している証とわかっていても、忙しい時には冷静に対応することは難しいですね。感情にまかせて叱ることがないように、“待つ”時間を心がけて、子どもの自立に向けて、任せることを増やしていけるとよいですね。		

子どものすること なすこと イライラお助け隊

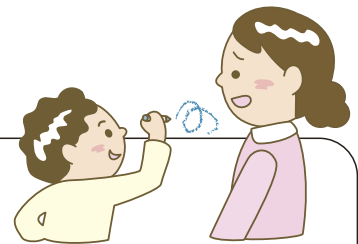
子育て中の親は、何をするにも子どもの分まで準備や気配りをしなければなりません。そのため、時間に追われてイライラしがちですね。子育ての悩みランキングにおいても「わかっているけど、ついイライラしてしまう」が第一位となっています。

さて、朝の時間を思い出して下さい。目が覚めて、ごはんを食べて、歯みがきをして、トイレに行って、着替えて、カバンの準備をして・・・そんな日常ですよね。この、園や学校に行くまでの慌ただしい時間を、いつもどのように過ごしているか情報交換しながら、自分の忍耐強さについても、大いに語ってください。

ワーク1 子どもにイライラしたときのことを思い出して、書き込みましょう。

子どもへのイライラ ～その内容～	あなたはどうしましたか？	子どもの様子はどうでしたか？

ワーク2 その時、どうすればよかったと思いますか。



ワーク3 イライラを軽減するためのアイデアや工夫を考えましょう。



今日を振り返って