

5. 親子のコミュニケーション編②<子どもとのふれあい>

①「10秒の愛」で子どもを幸せに

<<ねらい>>

○忙しい日常生活での子どもとの接し方をふりかえり、子どもと向き合う時間の大切さについて考え、生活に生かすことができる。

<<準備物>>

- ファシリテータ：ワークシート（できれば、色短冊…色画用紙A4横1/4）
- 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、日頃の子どもとの接し方をふりかえりながら、子どもにもっと愛が伝わる方法を考えたいと思います。その前に、ちょっとリラックスするために、簡単なゲームをしましょう。		
		2. アイスブレイク ・グループ分け ・自己紹介	アイスブレイクの例参照	・4人程度のグループに分ける。
		3. ルールとマナーの確認	P. 6参照	
展開 (35)	10	4. ワークシートに記入し、グループで話し合う。 ・つい言ってしまった場面（ワーク1） ・ワーク1に記入したことを話し合う。	4. ついつい言ってしまった「今、忙しいの」「あとでね」「早くしなさい」は、どんな場面だったか、思い出して ワーク1 に記入しましょう。 ・どんな場面で言ってしまったか、お互いに聞き合って感想を話し合しましょう。	・いろいろな場面を思い出してもらおう。 ・思いつくものだけでよいことを伝える。
	15	5. 10秒を感じる ・10秒でできること（ワーク2）	5. 10秒の長さを感じるため、子どもの顔をイメージして目を閉じてみましょう。 ・「今、忙しいの」等を言う前に10秒あったらできることはありませんか、グループで考えて、 ワーク2 に記入しましょう。	・10秒を感じるために、子どもの顔をイメージして目を閉じる。
	10	6. グループごとに発表する。	6. グループでどのような意見が出てきましたか。出た意見を発表してください。	・各グループの意見を発表する。 ・10秒でできることを一行詩にしてもよい。 例)「早くして」言いたい気持ちにブレーキを!
まとめ (15)	5	7. ふりかえり	7. このワークをふりかえって、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。	・色短冊を配布して、これからやりたいことを書いて、家に掲示してもらってもよい。
	10	8. まとめ いかがでしたか。ほんの10秒で、いろいろなことができましたね。そのわずかな時間がお子さんの心に安心感を生み、お父さんお母さんに安らぎを生み、家族のつながりを深めています。10秒でできるお子さんへの愛を実行して、さらに温かな家庭づくりをしていけたらいいですね。		

① 「10 秒の愛」 で子どもを幸せに

子どもはなぜか、忙しい時、余裕のない時、イライラしている時に、わかっているかのよう
に近づいてきます。親の不安な状況を察知しているかのようです。

ついつい、「今、忙しいの!」「あとでね!」「早くしなさい!」と言ってしまいますよね。ほ
んの 10 秒でいいんですよ。黙って抱きしめてあげる、聞いてあげる、待ってあげる、これ
で大きく状況が変わるのです。

「笑顔」と「喜び」につながる「この 10 秒」、さてどんな場面で実践すればいいでしょうか?
いろんな発想が集まるといいですね。

ワーク 1

どんなときに言っていますか?
ついつい言ってしまった場面を思い出してみましょう。

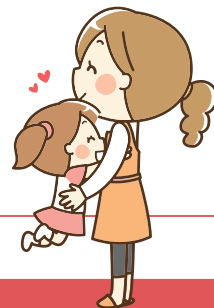
「今、忙しいの!」・・・

「あとでね!」・・・

「早くしなさい!」・・・

ワーク 2

10 秒でできそうなこと、やってみたいことを書いてみましょう。



ふりかえり

