

家庭教育支援者地区別研修会

主催:福島県教育委員会

日時:令和元年11月27日(水) 14:00~16:40
場所:福島県青少年会館

【研修の趣旨】

社会情勢の様々な変化により、人と人とのつながりや豊かな体験など、子どもたちの成長に必要な要素が十分に体得できなくなってきた現状がある。それに伴い、いじめや不登校などの問題が顕在化し、子どもたちの自己肯定感の形成に及ぼす影響が懸念されている。さらに、保護者自身も自己肯定感が低く、子育ての不安を解消することが困難になってきている。そこで、長谷川氏の講話を通して、子ども、保護者双方の自己肯定感を高めるための取組を家庭や地域で行っていただけるように、本テーマを設定し、当研修を実践した。

1 講演「今、求められる支援とは～親子の自己肯定感を育む支援について～」

講師 桜の聖母短期大学 長谷川美香氏

- (1) 保護者の子育てに関する研究から
 - ① 否定的感情は、負担感と不安感からなる。
 - 負担感→仕事と子育ての両立のつらさ、「私ばかり育児をしている」という心情
 - 不安感→他の子と比べ、「子育てのやり方はこれでいいのか」と考えてしまう。
 - ② 否定的感情を持ちやすい人
 - 身近なコミュニティー(友達、職場等)とつながりにくい傾向にある人
- (2) 自己肯定感が高いとは
 - ① 「どうしてうまくいかないのか」冷静に考えられる。
 - ② 他人を受け入れられる。
- (3) 子ども自己肯定感の育成
 - ① 意欲をもたせる。
 - ② 方向づける。
 - ③ 自信をあたえる。
 - ④ 人間関係をよくする。
- (4) 「ほめる場面」から
 - ① ほめることで子どもを操作していないか。
 - ② 大人にとって都合のいい子をほめていないか。
 - 子どもの自主性、自己肯定感を阻害してしまいがちである。
 - ③ ほめることが主体的になることにつながっているか。
 - 「あなたのここがいいね」と認めるような声かけ
 - 公園で、くつを泥だらけにした子が水道場で洗い出したことをどうするか。
 - ほめると、主体的に考え行動したことを認めることになる。→自己肯定感を高める。



(5) 保護者の自己肯定感の育成

① 考えを認める

- 保護者自身が十分な育ちをしていない「未熟な親」
 - まずは否定せず、受け止める。
 - 世代間の価値観が違い、支援者が当然と思っていても保護者には受け入れられない。
 - 支援者が一方的に言うと、保護者は心を閉ざし本音を言わなくなる。

② 肯定的錯覚

- ストレンクス視点：強み（笑顔、誰とでも話せる等）を見つけ、そこから支援していく。
 - 「私でもできるかも」と思えるような声かけを。

③ 子育てにおける自分へのメリット

- 「新しい出会い」「考え方、視野の広がり」「自分の親への感謝」など、自分の成長に気付くこと。

(6) 家庭教育で大切とされる支援観

① 保護者の置かれている環境や経験不足からくる未熟さを支える。

- 保護者自身、イライラを発散する場、方法がない。
 - どのように補えばいいか考えて支援する。

② 一人一人を個別化して捉える。

- 保護者の性格、家庭環境はたとえ似ていても別物である。

③ 対等なパートナーとして、子育ての楽しさやつらさを共有する。

- 支援者の言葉、態度から「上から目線」と捉える保護者もいる。
 - 「同じ目線で考えてくれている」と感じてもらうように。
- 専業主婦の方が働いている母親より子育てに不安を持つ場合が多い。
 - ストレス解消できず、「親子密着」の傾向

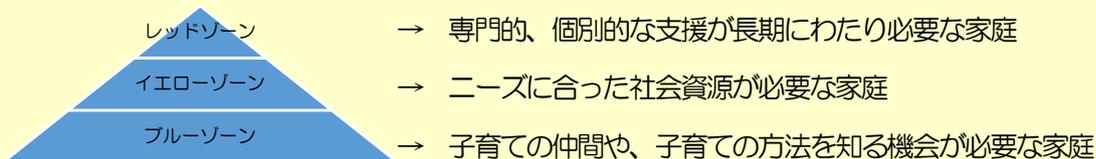
④ 保護者自身の力を信じる。

⑤ 子育てのプロセスを伝える。

- 結果（ピアノの発表が成功するか等）のみを気にする保護者
 - 成長の見通しを詳しく伝えると安心する。

⑥ 予防的な支援も必要

- 子育て家庭における問題・課題の程度



- ちょっとしたきっかけで上のゾーンに移行してしまう家庭が多い。
 - すべてのゾーンの家庭に適切な支援が必要
- 伝統的な日本の行事、活動、子育て文化を支援者が伝える。
- 親と親がつながりやすいよう支援者がきっかけを作る。

2 演習…グループワーク（二人ひと組）

- (1) 事例2つについて、グループで話し合い、それぞれどういったかかわり方がいいか話し合う。
- (2) ロールプレイングする。

〈事例1〉

中学2年のA君は、サッカー部に入っており、学校が休みの日も長時間練習している。父親は、「部活を頑張るのもいいが、成績が落ちてきたので心配だ。勉強しなさい」と言うと反抗的な態度をとる。両立できないならサッカーをやめるように強く言ってしまった。」と悩んでいます。どのように関わろうと思いますか。

Aグループ A君の父親が、担任の先生に相談するという設定

父親役：頭の中はサッカーしかなく、家に帰って食事をしたらぐったりして寝てしまう。ついつい「勉強しろ」と言ってしまふ。来年は受験ということで、母親も私以上に「勉強は!？」と言ってしまふ。

先生役：よく分かります。学校の他の活動でも頑張っているの、認めてあげてください。

今は力を蓄えているところです。長期の目標を設定し、どんなスケジュールでやっていくか指導していますので、家でも計画的にできるようにアドバイスしてあげてください。

父親役：反抗的で困っていましたが、部活以外でも頑張っているんですね。客観的に子どもを見ていきたいです。妻にも伝えて、家族全体で共通理解していきたいと思います。

Bグループ A君の父親が、同じサッカー部の先輩保護者に相談するという設定

父親役：休日も祝日もサッカー三昧で成績が落ちてきた。感情的に叱ったら反抗してきた。どうしたらいい？

先輩役：うちには上の子もいるけど、やっぱり思春期は反抗的だよ。感情的に言うと、互いにぶつかってしまう。ちょっと落ち着いて様子を見たらどうか。

父親役：自分も仕事で手一杯だし、職場の人間関係でイライラしていてつい強く言ってしまった。

先輩役：今は互いに冷静に話せないの、ちょっと落ち着いてきたら「どうだい？」と声をかけてみたら？

父親役：落ち着いて、穏やかなときにお互い向き合うといいかな。話を聞いてもらってよかったよ。また相談するよ。

先輩役：いつでも相談してね。

〈事例2〉

2歳の男の子を子育て中のBさん(母親)が、「自分は社交性がなく、他のお母さんに話しかける勇気も出ない。子育てサークルに行ってもみんなの輪に入れず、息子も私に似たのか、他の友達と関わる姿がない。」と悩んでいます。どのように関わろうと思いますか。

Cグループ 子育て支援センターに遊びに来た保育園の先生と悩み相談に来た母親という設定

母親役：支援センターにせっかく来ているのに、なかなか友達ができないんです。私も子どもも。

先生役：分かります。そういうことってありますよね。私も若い頃そうでした。

母親役：踏み出したいけど、私が入ったら場がしらけるかも、とってしまうんです。

先生役：自分が思っているほど周りは思っていないよ。お子さんはどんな生活ぶりですか？

母親役：夜は遅くまで起きていて、朝はなかなか起きないんです。

先生役：どうして遅くなるの？

母親役：洗い物や洗濯物などいろいろやるのがあって…。

先生役：お母さんも大変よね。思い切って、お母さんも早く寝ちゃったら？

母親役：1時間くらいなら早く眠れるかも…。

先生役：じゃあ、寝てしまったらどう。生活のリズムを作ってください。

母親役：悩んでいてもしょうがないから、やってみます。

先生役：ママカフェもあるし、保育所に遊びに来てもいいですよ。担任の先生と話すとも楽になるかもしれませんよ。

母親役：また相談してもいいですか？

先生役：いつでもいいですよ。

Dグループ 支援センターのスタッフに相談に来た母親という設定

母親役：私人見知りかひどくて、子どもも同じなんです…。

スタッフ役：お子さんのお名前は？

母親役：ひろしです。

スタッフ役：かわいいですね。

母親役：でもねえ…。

スタッフ役：ママが大好きなんです。ママ、お友達は？

母親役：同世代がいなくて…。

スタッフ役：お子さんのお友達は？

母親役：近所に子どもが少ないんです。

スタッフ役：今度私、子育てサークルに行く用事があるんだけど、私と一緒にどう？

母親役：ありがとうございます。ぜひ一緒をお願いします。



(3) まとめ～より良い支援につなげるために～

- ① 家庭支援に関する知識を吸収すると同時に、事例を通して考えていく。
- ② 他の人の支援観に触れる
 - 同じ事例でも、アプローチに違いがあることに気付いていく。
 - 支援者同士の横のつながりをもつ
- ③ 支援者それぞれ、自分の強みを出していくことが大切。



3 参加者の声

- 支援についての今の考え方を知ることができました。特に、イエローゾーン、ブルーゾーンの人もレッドゾーンに行きがちであることなど予防的な支援について知ることができました。
- 自分自身も6歳と3歳の子どもがいますが、実際に想像して考えることが出来て、グループワークもいろいろな意見や言葉などとても参考になりました。
- 家庭支援の必要性をととても感じています。保護者の自己肯定感を高めることが子どもの自己肯定感を高めるために大変効果的だと感じました。ぜひ、自己肯定感を育む支援が福島県で定着するよう取組が活性化されることを願っています。
- 自己肯定感という言葉はよく聞いていて、日々意識しながら保護者の方や子どもと関わっていますが、とても参考になりました。今後も意識しながら保育していきたいです。
- 子どもの広場で親子と関わる人が多いですが、自己肯定感について今回改めて考えました。お母さんに寄り添う支援をしていきたいです。
- 自己肯定感を育むことは難しいことではなく、ちょっとした考え方の変化で出来るのかなと思いました。自分の心に余裕をもって子育てに生かしてみたいです。
- 今自分が行っている家庭支援と通ずることが多く、改めて実感、再認識するところがありました。今行っている家庭支援は対象を母親としていますが、子どもを取り巻く大人や父親支援についても考えていかなければならないと考えます。

【研修を終えて】

- 長谷川氏の講演を受けてグループワークによる演習を行ったことで、具体的な場面における支援の仕方を実感しながら研修することが出来た。子どもと親それぞれの自己肯定感を高めるために必要なことを参加者全員で共有することができた。
- 長谷川氏との事前打ち合わせを密にとり、県北地区の家庭教育の課題としている「親と子どもの自己肯定感の育成」に焦点を絞った内容にすることが出来た。
- 講演と演習の時間配分を吟味した。演習の時間を長めに取り、ペアによるアイスブレイクをじっくり行うことで打ち解けた雰囲気による充実した演習が実現した。それぞれの立場を生かしたロールプレイングとなった。
- 様々な立場から参加していただいた。家庭教育を多様な視点でとらえていけるよう、情報交換の場を設定できるとよかった。支援者同士のつながりを持ち、様々なケースに柔軟に対応できる支援力の向上をめざしたい。

