

V-1 中学生の気持ち ～イライラ、ムカムカ～

対象：中学生～高校生の子を持つ保護者
時間：90分程度

ねらい	自分自身の中学生時代をふり返ることを通し、中学生特有の感情について共感的に理解し、また、他の人の意見を聞き、様々な考え方に触れる中で、今後の子どもとの接し方を再考することをねらいとする。		
実施のポイント	○自分の中学生時代を振り返ることができたか。 ○多数決ではないグループ協議をとおして、自分の考えを伝えることの難しさやもどかしさを体験できたか。		
事前の準備	○会場設営。(1グループ4～6人でテーブルを囲んで座る。) ○グルーピングに意図を持たせる場合には、事前に組んでおく。 ○ワーク3の一覧表を、模造紙か黒板に記入しておく。 ○ワークシートはページごとに分けてプリントしておく。 ○筆記用具(持っていない人対応用、数本)		
時間	アクティビティの展開	展開のポイント	準備物
導入 5	ワークの主旨説明 1) 指導者の自己紹介など、温かい雰囲気を出す。 2) 資料のリード文を読み上げながら、今日の学習のねらいを確認する。	○なにか話し合って結論を出すというような時間ではないことを確認する。	1枚目 ワーク シート
書き込み 5 話し合い 10 合計 15	ワーク1「あの時君は若かった」 1) 自分の思い出したい学年組番号を書き名前を書く。 2) 各項目に自分の考えを記入する。 3) 記入が終わったら、グループ内で2人組になってお互いに紹介しあう。(3人でも可) 4) 何人かと繰り返す。	○親自身の中学生時代を楽しく振り返る。 ○グループ内のアイスブレイクを兼ねているので、意見交換の時間や雰囲気を大切にする。 ○参加者から出た反応を項目ごとに取り上げるなど、親にもみんな中学生時代があったのだと言うことを全体で共感的に確認する。	筆記用具
書き込み 10	ワーク2 「中学生の気持ち あなたの考えは？」〈個人〉 1) 8つの項目を確認する。 2) 自分の中学生時代を思い出しながら、今時の中学生が「イライラムカムカ」するだろうと思う項目を5つ選ぶ。 3) 選んだ5つに1位から5位までの順位を決める。 4) どうしてそれが○位なのかの理由を記入する。	○自分が中学生だった時の気持ちを参考にしながら、今時の中学生たちの気持ちを考える。 ○個人での記入であるため、相談したりしないようにと声をかける。 ○1位から3位までとしてもよい。	
発表 15 話し合い 25 合計 40	ワーク3 「中学生の気持ち あなたの考えは？」〈グループ〉 1) グループの中で、進行者・記録者・発表者を1名選ぶ。 2) それぞれの意見を順番に発表する。(どうしてそれが○位なのかを説明する。) 3) 全員が発表し終わったら、グループとしての順位を決定する。(多数決ではなく、全員が納得する形で決定する。) 4) グループ決定が終わったら、一覧表に記入する。	○多数決ではなく、全員が納得する形で決定すること。安易な妥協はしないで、自分の考えを発表することを確認する。(進行の様子を見ながら時々投げかける。) ○自分の考えをうまく伝えることの難しさやもどかしさを体験させる。	2枚目 ワーク シート ワーク3 の一覧表
発表 5 まとめ 15 合計 20	グループ発表 1) 各グループの結果を発表する。 ふりかえり 1) ふりかえりシートの各項目に従って、自分の感想を記入する。 2) グループ内で、それぞれの項目について、感想を発表するなど自由に意見交換する。	○ねらいに沿って、学習の成果を確認する。	

V-2 我が家のルールづくり ～思春期を迎えた我が子に～

対象：中学生～高校生の子を持つ保護者
時間：90分程度

ねらい	思春期を迎えた子どもの成長と共に、手がかからなくなってきた分、親としてのかかわりも少なくなっているという現実に基づき、今この時期だからこそ、親として子どもにこれだけは伝えたいと思うことをワークを通して考え、思春期を迎えた我が子と向かい合う手だてを考える。		
実施のポイント	○親のかかわりチェックをとおして我が子に対するかかわり合いを再認識するとともに、思春期の特性を理解する。 ○親として、これだけは譲れないことを考え、意見交換をとおして我が家のルール3箇条をつくる。		
事前の準備	○会場設営。（1グループ4～6人でテーブルを囲んで座る） ○グルーピングに意図を持たせる場合には、事前に組んでおく。 ○ワークシートはページごとにプリントする。 ○筆記用具（持っていない人対応用 数本）		
時間	アクティビティの展開	展開のポイント	準備物
導入 5	ワークの主旨説明 1) 指導者の自己紹介など、温かい雰囲気を出す。 2) 資料のリード文を読み上げながら、学習の目的を確認する。		1枚目 ワーク シート 筆記用具
書き込み 10 話し合い 10 合計 20	ワーク1 「親のかかわり」 1) 我が子が小さかった頃の親としてのかかわりを記入する。 2) 今の（思春期を迎えた）我が子に対するかかわりを記入する。 3) グループ内で話し合う。 ①自己紹介をする。 ②ワーク1で記入した感想について発表しあう。	○子どもが小さい頃、よく言っていたことや遊んだことなどを楽しく思い出せるようにする。 ○グループ内のアイスブレイクを兼ねているので、意見交換の時間や雰囲気を大切にする。 ○親としてのかかわりが少なくなっているという現実を全体で共感的に確認する。	
ミニ講話 5	資料の解説 「思春期について」 1) 思春期についての資料の解説を聞く。	○特に「こころの変化」にスポットを当てる。 ○「不安定なこの時期だからこそ、親として、しっかりとした姿勢を子どもに伝えていくことはとても重要であること」とまとめ、次の活動につなげる。	
書き込み 15 話し合い 25	ワーク2 「親としてこれだけは譲れない・これだけは伝えたいこと」 1) 自分の考えを記入する。理由もあわせて考える。 2) グループの中で進行役を1名決めて、話し合いを進める。 3) フリートーク形式で話し合う。他の人の意見で気づいたことや参考になったことがあればその都度メモ書きをしながら聞き合う。	○親としてこれだけは譲れない・これだけは伝えたいことを考え、お互いに意見交換しましょう。と投げかける。 ○話し合いには十分に時間をかける。	2枚目 ワーク シート
書き込み 10 (個人)	ワーク3 「我が家のルール3箇条」 1) ワーク2の活動を基に、これだけは伝えたいと言うことを「我が家のルール」という形で、まとめる。 2) 「～してはいけない」型から「～しよう」型で表現する。	○ワーク2で出てきた他の人の意見も参考にしして作るよう声をかける。 ○否定的な表現ではなく肯定的に表現することで親としての前向きな姿勢を大切にする。	
まとめ 10	ふりかえり 1) グループ内で自分の3箇条を発表し合う。 2) グループ内で3箇条を考えてみて、感想を発表するなど自由に意見交換する。	○ねらいに沿って、学習の成果を確認する。 ○たくさんの皆さんの意見・考えをパワーに、思春期を迎えた我が子と向かい合いよい親子関係を築いていきたいと思いますと呼びかける。	