

平成 26 年度 「魔法のレッスン」 実施記録

【講座を開講するにあたって】

子どもが小学校を卒業するまでの子育ての仕方何らかの問題があり、思春期になって深刻な問題が発生するパターンがとても多いと感じています。思春期になってから「こんなはずじゃなかった」と思わないように、なおかつ思春期以降の親子関係がうまくいくようにする為にはどうしたらいいか、子育てをする母親同士で語り合いお互いに考える場が必要であると考え、この講座を立ち上げました。

【講座の目標】

目標は母親の自立と自律。キャッチコピーは「**母が気づくと、子どもが変わる！？**」

崩れていく親子関係の問題点は「子」ではなく「親」にあるという事を認識し、受講生と共に母親の自立と自律とはどういう事かを考える。また、子どもが育つうえで必要な「生きる力」とは何かを、共に考え、一人一人がより多くの「気づき」を得ることを目標にしています。

【講座の運営について】

「魔法のレッスン」は、港南区の区民企画運営講座として、区から補助金や運営上のアドバイス等を受けながら運営委員6名で活動しました。

また、保育ボランティア「ひまわり」さんにご協力いただき、講座の間、小さなお子さんの保育を実施しました。講座は9月～12月に、6回開講しました。

講座内容は以下の通りです。

	日 程	内 容
1	9 / 11	この講座について 育てにくいには「ワケ」がある
2	9 / 19	明星大学教育学部教授 星山麻木先生 講演会
3	10 / 9	育てにくいには「ワケ」がある
4	10 / 23	親として、わが子にできること アートセラピーで「私」を知る
5	11 / 13	まめの木クリニックより講師を招いて「子どもとの関わり方」を学ぶ
6	11 / 20	母が気付くと子どもが変わる！？「子どもとの関わり方」

受講生21名（委員含、うち保育利用者6名）のべ受講者数142名。

保育の子どもの延べ人数38名。

運営委員：荒川佳美・宗千佳・水江いずみ・渡部淳子

【講座の内容】

本講座では、講師を招いての講演・講習と、運営委員による講座を行いました。それぞれの講座の内容と感想をご紹介します。

1・講師による講演**第2回 講師：星山麻木先生****【講座内容】**

まず、特別支援教育が必要な子とはどんな子か？というお話のなかで、ASD の特徴とされること（例えば、片付けが苦手、とか時間を守れない、などの能力の偏り）は誰にでもある、という事を教えて下さいました。また、多数派ではない「発達障がい」を抱える子ども達は自尊心が低くなりやすいので、家庭においては無条件にありのままのその子を認め、受け入れてあげることがとても大切であるとお話下さいました。

また、「発達障がい」を抱える方は言葉や表情の意味を勘違いしていたり、曖昧な事柄や言い回しは通じにくいので、指示ははっきりわかりやすく繰り返し、文字やイラスト、ジェスチャーで示すことも重要であると教えて下さいました。そして、このような支援はどの子にとってもわかりやすいので、どの子にも使えるという事を教えて下さいました。

【受講生の感想】

- ・自分の声かけを変える事で子どもが変わっていくという言葉を受けて、本当だな。と思いました。毎日、同じ事を同じ様に言っても変わらないのであれば、自分を変えれば良いんだと思えて良かったです。
- ・まず、今日すぐに出来る事。心のコップをいっぱいにできるよう、子どもに伝えて行きたいと思えます。ともすれば、深刻になりがちな内容を、明るく楽しくお話して下さって、前向きに受け止めてゆけそうに思います。とても有意義な一日になりました。ありがとうございました。

第5回 「ペアレントトレーニング」 講師：吉岡沢栄先生**【講座内容】**

まめの木クリニックの吉岡先生をお招きして、子どもとの関わり方「ペアレントトレーニング」の講習会を行いました。始めに、子どもをめぐる悪循環を良い循環に変える為には、先ず親が変わらなければならないこと。その為に「子どもの行動」に注目し、「好ましい行動をほめる」ということを先ずしていこう、というお話をして下さいました。その際に「注目のパワー」を使いますが、いつも使いがちな「否定的な注目」は一切せず、「肯定的な注目」のみを使うことが重要であるとの事でした。また、子どもの行動を3つに分けて、「好ましい行動」に「肯定的な注目」をしていく事が重要である、と教えて下さいました。最後に、指示の出し方には2つしかなく、「～をはじめなさい」とい「～をやめなさい」とはっきり指示する事が大切である。と教えて下さいました。

【受講生の感想】

- ・自分の行動と子どもの行動を振り返りながら聞いていました。否定的な感情であれば、それが子どもに伝わり子どもも否定的な言い方になって・・・というループになるのは、その通りで納得できました。子どもの困った行動をスルーするというのは、早速取り入れて、上手にほめる育児ができるように努力したいと思いました。

- ・改めて自分が普段やっている声かけがどうだったか、気付く事が沢山あって、振り返ることが出来て良かったです。自分の子が実はそんなに「好ましくない行動」が多くないのかも、と思いました。もっと沢山注目してあげようと思いました。

2・運営委員によるワーク

第1回 この講座について 育てにくいには「ワケ」がある

【講座内容】

始めに、代表から「何故この講座を開講しようと思ったか」という事をお話しさせていただきました。次に ADHD の子どもの様子をアニメにしたものを受講生の皆さんにご覧いただき、感想や自分の子どもの場合はどうであるか？などをアンケートに記入して頂きました。(そのアンケートに書かれたお悩みをなるべく次回以降の講座でフォローしていこうと考えました)

【受講生の感想】

- ・一生懸命子育てしているつもりなのに、どうして上手くかみ合わないのだろう？と日々考えています。この講座をきっかけに自分自身が一皮むけて変わっていければ、そして何かに気付いていければ良いなと思っています。よろしく願いいたします。
- ・相手に伝わる言い方、叱り方はとても難しいな、と常々思います。子どもを信じてあげる・・・できそうで出来ないと感じます。昨年この講座を受けて、自分を見つめ直す良い機会になりました。今でも試行錯誤しながらの子育てですが、子どもを信じてあげられる母親でありたいですし、そうなるように講座を受講していきたいと思いました。

第3回 育てにくいには「ワケ」がある

【講座内容】

まず、「発達障がい」について、自閉症スペクトラム・ADHD・LDの3つに分けて、それぞれの特徴について説明しました。次に、それらの特徴を強く持っている子の場合は、その特性によって具体的にどんな困りごとが起こってくるのか、をお話しし、それらの問題を解決するには親としてどんな関わりをしたらいいのか(ペアレントトレーニングを参考に)、をお話ししました。

また、星山先生の講演会の際に出た質問の回答を先生から頂いたので、それを受講生の皆さんに、個人が特定されないように状況等を一般化するカタチでお伝えしました。

【受講生の感想】

- ・「発達障がい」について詳しく説明していただいて、とてもよくわかりました。子どもがおりのままを出せる様な家庭でありたいと思いました。家で良い子を求めていたかも知れない、と反省しました。
- ・ギブ&テイクのお話、人に迷惑をかけられる、その迷惑をかけたことに対して自分で責任をおう事が出来るようになることが「自立」、とても勉強になりました。振り子の話しもとてもわかりやすく、私も子どもに話したいと思います。盛り沢山の内容で、今日も充実感たっぷりの時間が持てました。ありがとうございました。

第4回 親として、わが子にできること アートセラピーで「私」を知る

【講座内容】

アートセラピーのグループワークをしました。ワークシートに壺の絵とその中身をかいてもらって、気持ちの変化についての気づきを得るワークショップを行いました。お互いの絵を鑑賞したり、感想を話し合ってもらい、最後に解説をしました。

次にオリジナルの「アナ雪ワーク」をしました。ワークシートを読んで、問いに応じてもらい、最後にこの映画のポイントを魔女流に解説をしました。

【受講生の感想】

- ・アートセラピーでは、人によって壺の形・色・入れるものが違って面白かった。自分の感じている「嫌な気持ち」を描くことで「蓋をする自分」や「きれいに磨く自分」「全て捨てて新しくする自分」「楽しいものに工夫して変える自分」など、楽しい気持ちへの移り変わりをそれぞれ表現していて興味深かった。絵で自分の中の言葉ではない部分を感じられる経験になった。
- ・アナ雪ワークは、色々な解釈があるのだと知ってとても興味深かったです。

第6回 母が気付くと子どもが変わる！？「子どもとの関わり方」

【講座内容】

前回のペアレントトレーニングの講義の振り返りと補講をしました。その際、プリントを使ったロープレでは「指示」についての補足をしました。

また、最後に運営委員からのメッセージとして、高倉健さんの話やゲーム脳の話、アナと雪の女王は本当の自分を受け入れる「思春期」の話であること、などのお話をさせていただきました。

【受講生の感想】

- ・今年も楽しく講座を受講する事ができました。毎回この講座の後には、自分の中に気づきがあり、私も子どもも変化していく事が嬉しく思っていました。子どものありのままを認める事、何の葛藤もなく愛していくということは、お母さん自身も「私も含めて認めてもらえている」という安心感や「ありのままの自分に寄り添ってくれる誰かがいる」、と思える事がとても必要で、それが親子で幸せでいる事につながるんだなとようやくたどり着きました。その為に自分ができる事が何か、これからも学んでいきたいと思いました。

4・反省点

・講座の内容について

今年はまめの木クリニックの先生にお話を伺いに行くなど、講座開始前に児童療育の専門家へのヒアリングを行う事ができました。そこで得た知識や現場の最新情報を講座の中で受講生の皆様にお伝えする事ができ、「大変参考になりました」と実生活で役立てて頂く事ができ良かったと思います。

・受付や保育について

今年も2歳未満のお子さんの保育希望が多かったので、ヘルプの方に沢山入って頂きました。

ひまわりさんの規定と、保育士の資格を持つ方の規定が異なるので、注意が必要でした。

ひまわりさん：0～1歳児：子ども1人につき、保育者一人、2～6歳児：子ども10人につき、
保育者3人。（2歳以上は保育者1人につき3人OK）

保育士さん：0歳児：子ども3人につき保育士1人、1・2歳児：子ども6人につき保育士1人。

3歳児：子ども20人につき保育士1人。4・5歳児：子ども30人につき保育士1人。