

体験活動参加型 講演会型+子育てサロン型（中学校）

学校名等	瑞穂市立穂積中学校
実施日時	令和元年11月21日（木）10時30分～12時
会場	瑞穂市穂積中学校 武道場
参加人数	保護者24名
学習課題（分野）	ミニ学習会 スクールカウンセラーによる講話
運営者の願い 目的	穂積中学校成人教育委員会が年度当初活動計画を決める際に、委員20名にアンケートを取り、その中に、「思春期の悩みや相談についてスクールカウンセラーと話したい」という意見が多数あり、実施に至った。



学習の内容

講師 スクールカウンセラー小川佑香氏

<前半 講話：中学生期の特徴>

- ・思春期・反抗期です。体の特徴もありますが、心では「自分らしさ」や「自分とは何か」を探る時期です。情緒は不安定で、性の芽生えもあり、周囲の目が気になります。感受性が強くなり、吸収力も高いので、他人からの影響が大きい。反抗期は、「自立したい」と「甘えたい」の両極端な特徴があります。
- ・接し方について大切なことは、傾聴、共感、「そんなやね」とまずは聞くこと、干渉しすぎない、親より友だちとの時間を重視する、細かなことまで聞かない、一人の人間として接する、子ども扱いはしないことなどです。
- ・中学生の悩みは数年かかってできている場合が多く、解決する方法は簡単ではありません。悩みは一人で抱えるのはつらいので、いろいろ調べたり、話したりすると楽になります。また、同じ境遇の人がいると安心します。



<後半 グループワーク>

- ・4人グループになり、配られた用紙に各自の悩みや「こうなってほしい」ことを1つ記入します。
- ・グループ内の隣りの人に渡します。悩みに対する解決策を各自が考え記入します。
- ・3回行って、本人のところに戻ってきたものを読み、その中でやってみようと思えるものを決めます。
- ・グループ内で決めた内容を発表し交流。最後に全体でグループ毎に一人ずつ発表しました。
- ・現 状：子どもが感情のコントロールが不安、物には当たらないがテレビを見てボーっとしている。早く寝るように言うと「あっちにいけ！」と言う。
- ・対 応：その場を離れ、コントロールする時間を持ったり、ボーっとする時間はそのままにしておいたりし、しばらくしてから言う。（何のことか聞かない）干渉しない距離感が大事ではないか。



といった内容があり、自分のことを素直に話せたり、聞けたりする姿がある事が分かります。

<参加者の感想>

- ・カウンセリングの先生がいることも知りませんでした。学校には今日の先生がいることを知り、何か困ったときには相談したいなと思いました。なかなかこういう交流はないので、とてもいい機会だなと思います。同じ年頃の子どもを持つ親同士で話ができてほんとによかったです。
- ・ワーク方式だったので自分の悩みを伝えやすかったです。参加された方のお話、気持ちや悩みを聞いて、悩んでいるのは自分だけではないと気づきました。アドバイスいただけたので、家庭でも頑張っていきたいと思います。
- ・初めて会ったお母さん方と、子どもが同じ年頃と言うだけで、1つのきっかけを頂ければ、話し合ったり、アドバイスをもらったりできることがすてきだと思いました。また、こんな機会があったらいいなと思いました。



●自分の悩みに応えてもらえる

スクールカウンセラーのお話を聞くことはとても勉強になります。さらに、このようにグループワークを行うことで、一人一人の悩みによりそうことができます。

今回の内容は、各自の悩みに対応して、3人から回答してもらえるといた互いを支える活動になっています。交流の様子からも参加された方の意識の高さを強く感じました。まさに、子育てサロンで目指す姿です。

また、委員さんの意欲を大いに感じました。



●子育てサロン型のメリット

- ・話をすることによって悩みや不安の軽減、または解消ができ、自分の子育てに安心感や自信をもつことができる。
- ・保護者同士のつながりが期待できる。

（家庭教育学級運営マニュアル「みんな子育て」P5より）