

参加者の満足度
が高い!



親のしゃべり場

「親はぴトーク」をご活用ください!

子育て講演会で良い話を聞いてもその場だけ…。保護者同士のつながりが減り、親や子どもが孤立しがち…。そこで、保護者が楽しく仲間づくりをしながら自分の子育てを振り返り、気づきや共感を大切に学び合う参加型の学習プログラム「親はぴトーク」を作成しました。ぜひご活用ください。

「親はぴトーク」
参加者の声



他の人も同じ悩みをもっている
ことが分かり、共感してもらい
気持ちが楽になった



自分の子育てを見直すことができ
てありがたかった

初めて話す人ともいろんなことを
話すことができ、大切なことに
気づかせてもらえて、とても良かった

いつするの?

- ・PTAの子育て研修会
 - ・就学時健診、入学説明会
 - ・学級懇談会
 - ・公民館の子育て講座
 - ・企業の職員研修
 - ・子育てサークル
 - ・地域の集まり
- など、どこでもできます!

話し合いのテーマは?

小学生(低学年)の保護者向け

- ・「学校に行きたくない」と言ったらどうする?
- ・子どもが気持ちよくお手伝いができるようにするには?

小学生(高学年)・中学生の保護者向け

- ・子どもがなかなか勉強しない…
- 自分から学習に向かう子にするには?
- ・いつもイライラしている子どもとどう関わる?～思春期編～

すべての保護者向け

- ・家庭のインターネット利用のルール、
どうやって作る?どう守る?
- ・子どもを伸ばすほめ方って? などがああります

悩みがスッキリ!

楽しく仲間づくり!

いろんな考えに、なるほど!



詳しくは「さぶ」
↓



親のしゃべり場「親はぴトーク」の流れ

①アイスブレイク(参加者がうちとけ、話しやすい雰囲気をつくる) 10~15分

初めて会った方どうしても、楽しく会話がはずみます。

②ワーク(4~5人のグループで、エピソードをもとに考えを書き、話し合う) 20~40分

意見を出しやすい、あるあると感じられる身近なエピソードです。

③ふりかえり(自分の気づきや他の参加者の意見を聞く) 10~15分

いろいろな考えや体験を聞くことができ、参考になります。

ワークシート例

ダウンロードしてすぐに
使えます!



すべての保護者向け 3-1

テーマ 家庭のインターネット利用のルール、
どうやって作る?どう守る?

エピソード

なつみさんは、保育園の頃からお母さんのスマートフォンで動画を見ています。
小学校に入ってから動画を見るのに熱中してしまい、なかなかやめることができず、時間通りに夕ご飯を食べることができない日も出てくるようになりました。

ワーク1 なつみさんについて、気になることや感じたことを書きましょう。
あなたなら、どういう声をかけますか?

ワーク2 子どもが守りやすいインターネット利用のルールはどんなものでしょう。

話し合いの後に、ワーク3をお書きください

ワーク3 お子さんのネット利用に関して、これから、どんなことをしたいかと思いませんか。

すべての保護者向け 3-3

テーマ 子どもを伸ばすほめ方って?

エピソード

はると君は算数が苦手です。毎日の宿題にとっても時間がかかります。でも、間違いを直したり、家でもお父さんやお母さんに教えてもらったりしながら宿題をしていました。
すると、ある日の算数のテストが90点でした。今までで一番良い点数なのははると君は大喜びし、家で、ここに笑顔でテストを見せました。

ワーク1 あなたなら、はると君にどんな言葉をかけますか?

ワーク2 その言葉を聞いて、はると君は、どんな気持ちになるでしょう。

話し合いの後に、ワーク3をお書きください

ワーク3 これから、お子さんをほめることについて、心がけたいことを書きましょう。

「親はぴトーク」を開催されるみなさまへ

「親はぴトーク」の開催予定をお教えてください

「親はぴトーク」の活用状況を把握するために、開催される方は、[こちら](#)にご入力いただき、お知らせください。



<https://forms.office.com/r/Vh43RL7VrZ>



問い合わせ

福井県教育委員会 義務教育課

TEL 0776-20-0574

FAX 0776-20-0671

gimu@pref.fukui.lg.jp

親のしゃべり場「親はぴトーク」



保護者同士のつながりが減り、親や子どもが孤立しがちになる中、保護者が楽しく仲間づくりをしながら自分の子育てを振り返り、気づきや共感を大切に学び合う参加型の学習プログラム「親はぴトーク」を作成しました。保護者が集まる場で、ぜひご活用ください。

<https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/gimu/oyahapi.html>



すべての保護者向け 3-3

テーマ 子どもを伸ばすほめ方って？

エピソード

はると君は算数が苦手です。毎日の宿題にとても時間がかかります。でも、間違いを直したり、家でもお父さんやお母さんに教えてもらったりしながら宿題をしていました。すると、ある日の算数のテストが90点でした。今までで一番良い点数なのではると君は大喜び、家で、ここに笑顔でテストを見せました。

ワーク1 あなたなら、はると君にどんな言葉をかけますか？

子育てのヒント

ポイント

笑顔で、一緒に喜んで♪
どこをほめるか = どんな人になってほしいか

資料

〇 ほめられたことを繰り返そうとするので、どこをほめるかが大事

スタンフォード大学のほめ方の実験

能力・結果をほめた場合 「頭がいいね」 → 頭の良さを示そうと、難しい問題にチャレンジしないようになる
努力・学ぶ姿勢をほめた場合 「頑張ったね」 → 解けないと自信をなくし、成績が落ちた

小学生(低学年)の保護者向け

テーマ 「学校に行きたくない」と言ったらどうする？

エピソード

小学2年生のひかるさんは、月曜日になると「学校に行きたくない」と言うことがあります。「どうしたの？」と聞くと、「お腹が痛い」「頭が痛い」と言います。始めの頃はお休みさせていましたが、今後、親としてどのように対応したらよいか、不安に感じています。

ワーク1 ひかるさんが「学校に行きたくない」という背景には、どんなことがあるのでしょうか？自分自身の子ども頃の思い出を書いてみましょう。

子育てのヒント

ポイント

焦らず肩の力を抜いて、まずは子どもの気持ちを受けとめる

- 子どもは気持ちを受け入れてもらうことで安心し、エネルギーが出てくる
- 親としての不安や心配な気持ちを一人で抱え込まず相談する

資料

- 〇子どもの表情・顔色・声のトーンを観察し、心身の不調を察知する
- 〇行動の背景にある気持ちに共感しながら聴く
- 親の考えをささず、子どもの感情を受けとめる
- 友達関係、学習など明確な理由がある場合は、学校に相談する
- 〇話せないときは、話したくなった時に聴くよう伝え、共に時間を過ごして見守る

〈 日頃子どもへの関わり方のポイント 〉

- 子どもを心配して、親が先回りしない
- 子どもを責めてあげなければならないのではなく「でもいい」と考える

すべての保護者向け

テーマ 自分も人も大切にすることに～自己肯定感を高めよう～

エピソード

小学5年生のとし君は、先日の運動会で100メートル走に出ました。とし君は、2週間前から、親といっしょに公園で練習をがんばり、少しづつ本番に備えていました。運動会の当日、親も一生懸命に応援しましたが、結果は3位。とし君は、少し涙ぐみながら戻ってきました。「がんばったけどダメだった。どうせぼくは1位になれないんだ...」

ワーク1 あなたなら、その時、とし君にどんな言葉をかけますか？

ワーク2 その言葉を聞いて、とし君は、どんな気持ちになるでしょう？

話し合いの後に、ワーク3をお書きください

ワーク3 子どもの自己肯定感を高めるために、あなたはどんなことを心がけようと思いますか？

子育てのヒント

ポイント

「自分の良さ」や「自分は愛されている」と実感することが、自分や人を大切に思う気持ちにつながります。

資料

安心感：生まれてきて良かったんだ
人への信頼感：自分は大切にされている

〇周りの大人が、子どものエネルギーに言葉をかけてあげよう

子ども自身が自分と向き合うには、プラスのエネルギーが必要となります。エネルギーを消費してしまっている子どもにとって、周りにいる大人がかける言葉が、子ども自身の意欲をわかせる栄養になり、自己肯定感の充実につながっていきます。

！自己肯定感を高める関わり！

- 努力やできてきていることをほめる
 - 才能、結果ではなく、プロセス（努力の足跡）やしたことを具体的にほめる
 - 人と比べず、今できていることや小さな成長をほめる
- 気持ちを認め、共感する
 - まず共感し、理解を示す。いきなり否定や助言をしない
 - 子どもの感情を言葉で返す
- 良さを伝え、自信をつける
 - 優しさや粘り強さなど、本人が気づかない長所を伝える
 - 親も一緒に関わり、成功体験を味わわせる
- 子どもに意見を聞き、尊重する
 - 親の考えの前に子どもの意見を聞いたり、子どもに選択させたりする
- 存在を認める言葉をかける
 - 「いるだけでうれしい」「大好きだよ」
 - ありのままの良さを伝える
 - 子どもの写真や飾り、見ながらほめる
- 仕事を頼み、感謝する
 - 「お父さんお母さんありがとう」
 - 「おかげで助かったよ」