

# 4 保護者向け 研修会・講演会パッケージ

Ver.05



【Package1】 PTA役員会、全体会等での講話

群馬県教育委員会特別支援教育課  
令和3年8月

この冊子は、平成26年度～令和2年度エリアサポートモデル校(発達障害理解推進拠点事業を含む。)における実践研究の成果をまとめ、他の小中学校等にも普及させる目的で作成しました。

「パッケージ」とは、特別支援教育に係る取組の内容及び方法、連絡・調整の手順や情報など、関連する様々な要素を冊子にまとめたものの名称として使っています。

「学校サポートパッケージ」は、発達障害等のある児童生徒への対応として、実態把握や校内体制、外部機関への依頼、相談支援、授業改善の視点など、一連の手順とその内容を包括した資料としてまとめ、学校で活用できる形にしたものです。

#### <パッケージの種類>

- 1 学校サポートパッケージ
- 2 教員研修パッケージ
- 3 児童生徒の障害理解教育パッケージ
- 4 保護者向け研修会・講演会パッケージ(本冊子)



## 4 保護者向け研修会・講演会パッケージ 目次

### 【Package1】PTA役員会、全体会等での講話

Data1	【資料1】PTA役員会で30分の講話を実施(H26年度) .....	2
Data2	【資料2】学年会で25分の講話を実施(H27年度) .....	3
Data3	【資料3】PTA教育講演会で講話を実施(H26年度) .....	7
Data4	【資料4】講師を招いての講義・講話の持ち方 .....	8
Data5	【資料5】臨床心理士を講師に招いて実施(H28年度) .....	11
Data6	【資料6】専門ADを講師に招いて実施(H29年度) .....	13
Data7	【資料7】臨床心理士を講師に招いて実施(H30年度) .....	16
Data8	【資料8】SCを講師に招いて実施(R1年度) .....	20
Data9	【資料9】専門ADを講師に招いて実施(R2年度) .....	24
Data10	【資料10】これまで県が依頼した講師一覧(再掲) .....	27
Data11	【資料11】エリアサポートモデル校一覧(巻末資料) .....	36

※ PTA関係行事(本部役員会、各種部会、学習会など)の際に実施

## 【資料1】PTA役員会で30分の講話を実施

### 1 目的

- 域内における発達障害の理解・啓発を図るとともに、特別な支援を必要とする子どもや保護者を地域で支える環境づくりを進めること。
- 障害のある児童と障害のない児童が共に学び合える学校づくりについて、共通理解を図ること。

### 2 主催

〇〇〇中学校  
群馬県教育委員会

### 3 期日

平成26年10月3日（金）

### 4 会場

〇〇〇中学校 会議室

### 5 内容等

「保護者向けシンポジウム」基調講演（会議室） 19:00～19:30

講師 県立しろがね特別支援学校専門アドバイザー 尾岸 純子 様

テーマ 「子どもの成長を支える支援を考える」

### 6 日程

PTA役員会の中で実施

19:00～19:30 PTA本部役員30名を対象

## 【資料2】学年会で25分の講話を実施

### 1 目的

- 域内における発達障害の理解・啓発を図るとともに、特別な支援を必要とする子どもや保護者を地域で支える環境づくりを進めること。
- 障害のある児童と障害のない児童が共に学び合える学校づくりについて、共通理解を図ること。

### 2 主催

〇〇小学校  
群馬県教育委員会

### 3 期 日

平成27年 6月25日(木) <1年生>  
7月 1日(水) <5年生>  
10月14日(水) <2年生>  
10月20日(火) <3年生>  
10月21日(水) <6年生>  
10月29日(木) <4年生>

### 4 対 象

各学年の保護者及び希望者

### 5 会 場

〇〇小学校 〇〇室

### 6 内容等

演題 「家庭での場面あるある」

講師 群馬県立吾妻特別支援学校専門アドバイザー 中曽根良雄

### 7 日 程

- ・ 学年行事内の25分間を使い、子育て講話として行う。
- ・ 希望者も募ることで、自身の学年会に参加できない保護者も聞けるよう配慮する。

## 学年会での講話 進行例

〇〇小学校 6年子育て講話 進行表

話の大まかな項立て	留意点など
① はじめに <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 講師自己紹介</li> <li>・ エリアサポートの簡単な紹介</li> <li>・ 今日の話の項立てを説明</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 6年生たちは、体や心の成長も著しい時期。「もう自分でできる」というプライドや「友達との関係や自分を見つめ直す」といった難しい思春期という時期を迎えています。だからこそ、その気持ちに寄り添い、応援をしてあげるといふ、親の姿勢が大切なのではないかと押さえをしておく。</li> <li>○ エリアサポートは、全ての子に対して行うサポートであることを説明する。</li> </ul>
② 登校前の「あるある」 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 起きられない</li> <li>・ 食べるのがゆっくり</li> <li>・ ぼーっとしている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 朝の登校前の様子を想像し、普段どのような言葉かけをしているか、よくある場面を想像する。</li> <li>○ うまくいっていない場合、大人の気持ちと、子どもの気持ちには、かなり差があることを知る。</li> <li>◎ 子どもに共感し、大人の考え方や言い方を少し変えるだけで、その行動の背景にある子どもたちの気持ちに寄り添い、上手に対応できることを具体的に知る。</li> </ul>
③ 宿題をする場面での「あるある」 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 宿題は後回しでまず遊んでしまう。</li> <li>・ 宿題をはじめてもなかなか進まない。</li> <li>・ 宿題に取りかかれない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 宿題をする場面を想像し、普段の言葉かけや子どもたちの様子について、よくある場面を想像する。</li> <li>○ 大人の気持ちと、子どもたちの気持ちの差はどうだろうかと考える。</li> <li>◎ 子どもたちの色々な事情に共感し、子どもたちへの具体的な言葉かけを考える。</li> </ul>
④ 家庭や学校でのトラブルの場面での「あるある」 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ゲームばかり。</li> <li>・ 怒りっぽい。</li> <li>・ 兄弟に意地悪する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 家でのトラブル場面を想像し、普段どのような指導をしているか振り返る。</li> <li>○ 今まで実際に「うまくいった」又は「効果が無かった」経験に分けて考える。(叱っても解決しないことに気づく。)</li> <li>◎ トラブルや容姿の変化には必ずその理由があります。その理由は、その時々によって違いますが、そこをうまく引き出せるといいですね。自尊感情が育ち始めている事を考慮し寄り添う。</li> </ul>
⑤ 何でも使える「どうしたの？」という魔法の言葉ではぐくみたいものは何かを考える。	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 今日のまとめ キーワード「共感」→「どうしたの？」を確認する。</li> <li>・ 「どうしたの」という言葉で、自分の周りには、いつも自分の気持ちを真剣に聞いてくれる人がいること知り、安心する。</li> <li>・ 解決策を自分で考え「ちょっと相談したいんだけど」というタイミングで気持ちに寄り添う事が大切。答えが出せたら、しっかりと認め言葉に出してほめる。</li> <li>◎ 子どもたちも、大人と同じ又は大人以上の過酷な状況下で生活していることを踏まえた上で支援を考える必要があることを知る。</li> </ul>

## 学年会での講話 説明原稿例

### 【話の中で、取り上げたい話題】

- ① 「良いところを伸ばすためには」ほめることが一番です。  
でもほめたらすにいいことばかりしてくれるわけではありませんよね。  
「ほめる・すぐにほめる・感謝する・見守る」温かな目でにこやかな顔をお願いします。  
注意をしたいこともたくさんありますが、先ずはほめられるところをうんとほめます。  
注意しすぎないために「これだけは許せない」事だけ、分かりやすい言葉で短く注意をしてください。
  
- ② 6年生ともなれば「やるべきこと」は、十分に分かっていると思います。ですから、その背景をしっかりと見てあげたいと思います。
  
- ③ 「中1ギャップ」という、言葉がある。  
中学生になると「学習成績(順位)」「学習の速度」「部活動を中心とする人間関係」「思春期の心の不安(自分)」など多くの悩みや環境の変化を経験する。  
だからこそ、周囲の大人が「どうしたの?」という言葉を使って心に寄り添うことや、悩みについて一緒に考えるというスタンスが必要なのではないでしょうか。でも、重たくなならないようにすることも必要ですし、時にはしっかり時間をかけて、気持ちを聞くことも必要ですね。
  
- ④ 理想と自分の現実の狭間で「自分なんて嫌い」という気持ちも出てきます。そこで「〇〇はそういう所がすごいよね!」などと軽い雰囲気や伝えたり、親から見て「人として尊敬する所」を積極的に伝えてあげたりすることも大切ですね。

### 【まとめ】

子育ては毎日疲れます。

でも、毎日見ている子どもたちの顔もいつもと違う場所で親戚の人などと話す子どもたちの顔は、ちょっと大人びて見えることも有りますね。

子どもたちは、日々成長しています。そして、「一人の人間として」という関わりも必要になってくるのではないのでしょうか?

そうした思春期を迎えた子どもたちにも「どうしたの?」という言葉で支えてあげられたら、子どもたちもお父さんやお母さんの「僕の応援団」の声をきくと聞いてくれるはずですよ。

# 学年会での講話 説明資料

## 家庭での登校前の場面 あるある

早く起きてね！早く食べて！  
急いで支度して！

- ▶ 夜遅くまで起きているからでしょ！
- ▶ ご飯を食べるのがゆっくりで！
- ▶ ぼーっとしてないでね！

**どうしたの！ちょっと心配事があるのかな？**

- ▶ あれっと思ったときの一呼吸！
- ・夕べは、早く布団に入ったはずだけど！
- ・友達とうまくいってないのかな？
- ・勉強で心配事もあるのかな？
- ・なんだかずっと食欲がないみたい！

子育てで忙しく、ストレスも多いですね！でもちょっと待ってください！

子どもにも子どもの事情がありますね！  
もしかすると勉強や友達、中学校進学への  
心配事があるかもしれませんね！

だって！  
お母さん  
には言え  
ない！

## 家庭での宿題の場面 あるある

いつもと同じだよね！  
来年は中学生なんだから！

**どうしたの！終わったらおやつにしようか？**

- ▶ あれっと思ったときの一呼吸！
- ・疲れているのかな？
- ・学校で何かイヤなことがあったかな？
- ・課題が分からないのかな。
- ・勉強も難しくなってきたものね？
- ・そうか〇〇さんとの関係も大切だね！

私たちも、日によって「気持ちが軽い日」と、「〇〇ちゃんに誘われたから」という都合がある日がありますよね！

いちいち色々言わないで！

課題は毎日同じでも、子どもの事情（体調や心の様子）はそのときで違いますね！「言われなくても分かってる」という気持ちも！

## 家庭や学校でのトラブルの場面 あるある

友達とうまくいってる？

- ▶ 最近、〇〇さんと遊ばないのね。
- ▶ 友達の家でゲームばかり。
- ▶ 最近、家でマイライフ、すぐに怒り出すのね！
- ▶ 兄弟にも態度悪くなるし、もう少し優しくね！

**どうしたの！けがはないの？**

- ▶ あれっと思ったときの一呼吸！
- ・最近、仲良しだった〇〇ちゃんや遊んでいない様子だけどうしたのかな？
- ・一人になりたいのかな？
- ・悩み事があるのかな？

少しほっとしてほしいんだけど！  
(僕の事情も考えてよ。)

この時期の子どもたちは、友達との関係性が非常に大きく他人の目が気になり、「自立心と目え」が共存する時期でもあります！

自分でなんとかしたい！でも心配だし、不安がいっぱい！

この時期のお子さんは、なかなか悩みも打ち明けてくれませんが、もしかすると「**どうしたの？**」で、心を開いてくれるかもしれません。

**「どうしたの？」の効能**

- ▶ 「お父さんやお母さんはいつでもあなたのことを気にかけているよ。」という、**自分に関心を寄せてくれているうれしさ。**
- ▶ 「悩んでいるけど、お父さんやお母さんには恥ずかしいし、打ち明けられない。」という、事情も受け止めてくれる安心感。

**「共感する」とは！**

- ▶ 「いつもいいから、相談したくなったらね！」と子どもたちの心の整理ができるまで待つとあけるよという共感。

もしも、相談してくれたら「**あなたは、どう考えているの？**」と**本人の気持ちを大切にしながら一緒に考える！**

相談したくなったら、いつでもいいよ！

今日お話したことは、それぞれの個性やそのときの体調や気持ち等子どもたち一人一人に寄り添って子育てをしましょうというお話でした。また、子どもたちは中学校へ進学を迎え何かと心配な事があるかもしれません。自分を否定する時期でもありますね。

しかし、「そう、それが君のいいところだね」と言葉にして、本人の不安を少しでも和らげ「**そういう君が大好きだよ！**」という事をしっかり伝えましょう。

是非、多感な時期に、子どもたちの思いに耳を傾けてあげてください。

本日のキーワード  
「 ? 」 「 」 「 」

ご清聴ありがとうございました！

## 【資料3】PTA教育講演会で講話を実施

### 1 目的

- 域内における発達障害の理解・啓発を図るとともに、特別な支援を必要とする子どもや保護者を地域で支える環境づくりを進めること。

### 2 主催

〇〇〇小学校  
群馬県教育委員会

### 3 期日

平成26年11月16日（日）

### 4 会場

〇〇〇小学校 体育館

### 5 内容等

「発達障害理解啓発シンポジウム」の実施 10:45～12:05

講師 大阪大学大学院 和久田 学 様

テーマ 「子育てを科学する」

### 6 日程

PTA教育講演会として実施

10:45～12:05 PTA会員 約100名を対象

## 【資料4】講師を招いての講義・講話の持ち方

◎事例 「子育てを科学する」 (80分の講義)

・ 子どものこころと脳の発達 (20分)

- ・ 子どもを巡る状況
- ・ 脳の研究
- ・ 行動の支援 (ABAの基本的考え方)

・ いじめの問題 (20分)

- ・ いじめの問題のリスク
- ・ いじめの定義  
4つのキーワード

・ みんな違って、みんないい (20分)

- ・ ほめ方、叱り方 (叱ることのリスク)
- ・ 我が子の理解 (多軸で発達を見る、  
違っていることを認める、特に学び方の違い)

・ 「ルール」のとらえ方 (20分)

- ・ よくありがちなルール
- ・ 何が問題なのか
- ・ ルールが崩れる理由
- ・ ルールを設定するために
- ・ ルールを分かりやすく
- ・ ルールの指導方法を明らかにする
- ・ 教室の「当たり前」を確認する
- ・ 当たり前が当たり前か

※ 上記は是非きたい内容群で、下線部は特に聞きたい内容とした。

# P T A 教育講演会での講話 資料

子どもの発達科学研究所

## ☆子育てを科学する☆

～子どもたちの健全な成長を願って～



子どもの発達科学研究所  
和久田学  
(大阪大学大学院 特任講師)

子どもの発達科学研究所

### 子育てのリスク

子どもたちの将来はどうなるんだろう？

- ▶ 激変とした将来への不安
- ▶ 様々なリスク
- ▶ 理想と現実

▶ 親にとって子育ては初めての体験、誰に教えてもらったらよいのか？

◎過去の体験(自分が育てられた経緯、親が自分や兄弟に行ったこと)を中心に判断するしかない

しかし、それが正しいのか、わからない

子どもの発達科学研究所

### 子育てのリスク

問題には背景がある。(何も無いところに、問題は起きない)



不登校  
いじめ  
その他の問題

コミュニケーションスキルの低下  
感情コントロールがへた  
耐性がない

ネット社会 孤立社会 経済不安  
場の喪失 情報の多様化  
大人の生活の変化

子どもの発達科学研究所

### 子育てのリスク

## 獲得することは捨てること

- ・携帯電話を得て失ったもの
- ・ゲーム機を与えて奪ったもの
- ・インターネットを得て奪われたもの

子どもをめぐる状況は大きく変化した

今まで経験できたことが、できなくなった

子どもの発達科学研究所

### いじめの問題

## いじめの定義

- ・ いじめとは、「反復と力の不均衡によって特徴づけられる攻撃行動の一部」または「1人またはそれ以上の者のネガティブな行為に、連続して、長期的にさらされること」と定義される。(Olweus,1991,1993)

Key Words (Bondsら 2001)

力の不均衡                      繰り返される行動  
意図的なネガティブな行動      不公平な影響

子どもの発達科学研究所

### いじめの問題

## いじめを定義づける4つのキーワード

- ・ **力の不均衡**：肉体的、精神的、知的、社会性などの差
- ・ **繰り返される行動**：一定期間、繰り返されるネガティブな行動(ただし1回でも深刻な場合あり)
- ・ **意図的なネガティブな行動**：いじめは被害者を意図的に傷つけたり辱しめたりする行動。
- ・ **不公平な影響**：被害者は通常、わめいたり泣いたり、うつになったり不安になったりといった感情的な反応を見せる。一方、加害者は苦惱や感情を見せることはほとんどない。加害者は共感性を失い、「被害者は虐められて当然だ」のように見ることが多い。つまり加害者は自分の行動が正義であるかのように思っている。

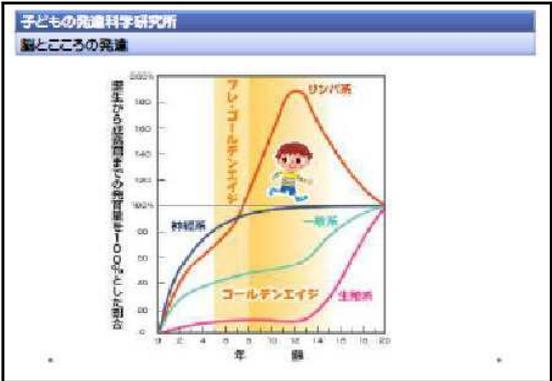
子どもの発達科学研究所

### いじめの問題

## いじめ関係が難しい理由

- ・ **力の不均衡**があるから、被害者はやり返せない。  
→ やり返せるなら、ケンカ。  
→ やり返せないから困っている。  
→ よって、被害者に「やり返せばいい」は無意味。
- ・ **不公平な影響**があるから、加害者は気づけない。  
→ 加害者は、いつの間にか加害者になっているかもしれない。  
→ 特に、そういう文化があるところでは、気づけない。

だからいじめ関係は、保持され、深刻化しやすい



子どもの発達科学研究所  
脳とこころの発達

## 発達障がいのこと

- 「自閉症スペクトラム (ASD)」「注意欠如多動症 (ADHD)」「学習障がい (LD)」などが話題になっています。10人に1人程度、そのような傾向のある子どもがいると言われています。
- 発達障がいは、既にマイノリティ(少数派)ではありません。
- 発達障がいは、本人の努力不足でも、子育ての失敗でもありません。脳の機能障害です。
- 適切な支援をすると状態が良くなり、よくない支援をすると悪化するの、他の子どもと同じです。

子どもの発達科学研究所  
脳とこころの発達

## 発達障がいかな？と思ったら

- 個人攻撃の風にはまらない！(家族で愚っけ合うのは意味がない)
- 「発達障がい＝不幸」でも「発達障がい＝悪」でもありません！(アインシュタイン、ビルゲイツ、スティーブンスビルバーグ、黒柳徹子、織田信長…発達障がいには偉人がたくさん！)
- 早期発見、早期支援にまさる方法はありません。専門家を上手に使いましょう。
- 早期支援の第一歩は、「理解」です。
- 発達障がいの子どもたちは、「当たり前」のことが「当たり前」にできません。「当たり前」を意図的に教える必要があります。

子どもの発達科学研究所  
脳とこころの発達

## 日本の子育て文化として

- 日本は「みんなと一緒に」を重んじる。
- 「みんなと一緒に」ができて当たり前。
- 「当たり前」ができないと叱られる。
- 「当たり前」は「当たり前」だから教えてもらえない。
- 「当たり前」は「当たり前」だから、できて当たり前でも褒めてもらえない。
- 当たり前ができない子ども…例えば発達障がい児は？

子どもの発達科学研究所  
「行動」を育てるために

## 行動を育てるには？

行動を育てるには、「やる気」(意欲)が必要です。

今のままで、OKと思っていたら、何も変えられません。

逆に「やる気」さえあれば、何か(行動を)変えられます！

子どもの発達科学研究所  
「行動」を育てるために

## やる気にさせるには？

基本はみんな一緒です。

皆さんご自身に置き換えて、考えてください。(ただし、特殊な例もありますので、注意してください)

あなたは、どんなときにやる気になりますか？

- これは、「いいことが起こる」から、やりましょう。
- これは、「得をする」から、やりましょう。
- これは、名譽を得られるから、やりましょう。
- これは、「良いこと」だから、やりましょう。

子どもの発達科学研究所  
「行動」を育てるために

## その他、気を付けたいこと

- 子どもに選択権を与える。  
選択させると、責任を教えられる。
- 「言葉」を大切にしながら、「言葉」を信じすぎない。  
本当に大切なことは、言葉にならない。
- 子育てでは、時間がかかること。すぐに結果を求めない。  
大変な時間を一緒に過ごすことも大切

子どもの発達科学研究所  
「行動」を育てるために

## 子どもに「教える」ときに・・・

- その子にとっての「わかりやすさ」を考える
- 何よりも意欲をなくさないように
- 叱っても意味はない

子どもの発達科学研究所  
「行動」を育てるために

## 「叱る」の影響

「叱られる」のは、嫌なので、そのときは、やめます。  
でも、「叱る人」がいなくなると、元通りになるかもしれません。

「叱られながら覚えたこと」は、嫌な思い出がくっついていきます。  
だから、あまりやりたくないことになるかもしれません。

「叱った人」に、反感を感じます。(カウンターと言います)  
相手が強いと、そのときは我慢しますが、どこかで出てきます。

「叱る」では、脳は活性化しないのです。だから、効率が悪いかもしれません。

## 【資料5】臨床心理士を講師に招いて実施(H28年度)

### 平成28年度エリアサポートモデル校 保護者向け講演会実施要項 北部エリア「沼田市立川田小学校」

#### 1 目的

- 域内における発達障害の理解・啓発を図るとともに、特別な支援を必要とする子どもや保護者を地域で支える環境作りを進めること。
- 障害のある児童と障害のない児童が共に学び合える学校づくりについて、共通理解を図ること。

#### 2 主催

群馬県教育委員会

#### 3 期日

平成28年11月 5日(土) 12:30～13:30

#### 4 会場

沼田市立川田小学校

沼田市川田町540 0278-22-3056

#### 5 内容等

「保護者向け講演会」の実施

#### 6 日程

平成28年11月 5日(土)

12時30分～12時45分 打合せ(校長室)

12時45分～13時30分 講演会

講演 「子どもの気になる行動とその対応の仕方について」

講師 独立行政法人 国立重度知的障害者総合施設のぞみの園

臨床心理科長(臨床心理士) 小池 千鶴子 氏

# 保護者向け講演会 資料

沼田市立川田小学校  
平成28年11月5日(土)

## 子どもの気になる行動と その対応の仕方について



独立行政法人  
国立重慶知的障害者総合施設 のぞみの園  
診療部 臨床心理科 小池 千鶴子

## 今日のおはなし

- ・子どもの育ち  
一育つ・育てる
- ・思春期のころ  
(私たち大人の心は?)
- ・時代と子育て  
ーダイバーシティ (多様性)

## 子どもの育ち一育つ・育てる

- ・人の発達



- ・発達の加速化現象

## 思春期のころ (私たち大人の心は?)

- ・自律性  
家庭の枠組みと子どもの能力 (発達)
- ・依存と自立  
依存できる力と頼られる力

## 時代と子育てーダイバーシティ (多様性)

- ・時代と子育て  
ーダイバーシティ (多様性)
- ・誰もがこの社会を構成する一員

## 今日のおはなしの終わりに

もっと人元は

**リラックスした脳**にすること

安心・くつろぎの脳は、**学習脳**



# 【資料6】 専門ADを講師に招いて実施(H29年度)

## 保護者向け講演会 資料

平成29年度  
富岡市立一ノ宮小学校  
子育て講話

群馬県立富岡特別支援学校  
専門アドバイザー 神田 珠美



4

子育てについて聞いてみたいこと  
(一ノ宮小アンケートより)

- 「やってあげること」と「見守ること」のさじ加減
- 宿題や身支度など生活面にて、子どもの自主性を伸ばすにはどうしたらよいか
- 勉強の教え方

8/5/2021 2

子育てについて聞いてみたいこと  
(一ノ宮小アンケートを読み解くと...)

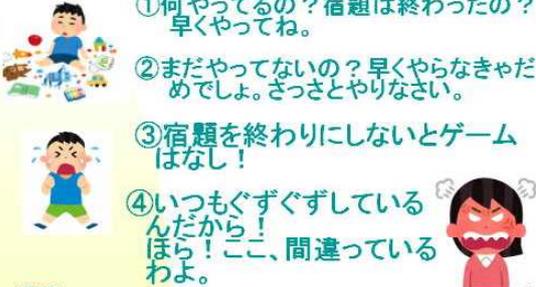
- 宿題をやらない
- 生活の自分のことや身の回りのことでさえやらない
- 自分からやらない
- 言ってもやらない
- 親がやってしまうている



8/5/2021 3

「やらない」「やろうとしない」姿を見たとき...

- ①何やってるの？宿題は終わったの？早くやってね。
- ②まだやってないの？早くやらなきゃだめだよ。さっさとやりなさい。
- ③宿題を終わりにしないとゲームはなし！
- ④いつもぐずぐずしているんだから！ほら！ここ、間違っているわよ。



8/5/2021 4

- ・失敗させたくない
- ・失敗したくない
- ・私が何とかしなくては
- ・私だって頑張っている
- ・あれもこれも忙しい
- ・時間がない

親であれば、誰にもある。ストレスに振り回されずに上手につきあうことが大事



6

**本日の子育てポイント！**

まずは、落ち着いて！深呼吸！  
そして、魔法の言葉「どうしたの？」を使ってください。

- ・見える現象にとらわれず、子どものその時の気持ちに耳を傾ける
- ・子どもの事情を受け止める
- ・子どもの気持ちに共感する
- ・「じゃあどうしようか」一緒に考え、自力解決のお手伝いをする

どうしたの？



8/5/2021 6

## 本日の子育てポイント2

### 「子どもはほめて育てる」

- ・短所に目を奪われずに、広いストライクゾーンを
- ・心を込めて



ほめたりほめられたりすると笑顔になる

8/5/2021

7

## 本日の最後 家庭学習のさせ方

- 家庭での学習習慣をつけさせることが大事
- ・場所を決める
- ・スモールステップで 最初は5分でも
- ・ほめる トークンエコノミー
- ・お楽しみは学習の後に



8/5/2021

8

## ご静聴ありがとうございました



8/5/2021

## 参加者の感想(抜粋)

講話を聞きながら、「全部言ってしまうな」と反省しました。これを言うと子供は逆効果になるなど分かっているけど、ついつい言葉が出てしまっていました。「早くしなさい」ではなくて、「どうしたの？」が言えるように気をつけていきたいと思います。

日頃思っていた事を皆さんも悩んでいるようで、私だけではないと知り、少しほっとしました。このまま大人になって大丈夫かと本気で思う時があるので、時間をかけて向き合っていきたいと思います。

子供に対して、早くして!! と必要以上に言っていた事に気付かされました。余計な事までダラダラと言い、自分のストレスを子供にぶつけてしまっていました。ダラダラ言ったところで、今まで改善されたわけではないので、今後は個性を尊重し、見守るという事も私自身が身につけていきたいです。

講師の先生の話聞いて、「早くしなさい」「まだやらないの？」などと言いがちだなと思いました。褒めて育てたいと思いますが、なかなか出来ず、子育ては本当に難しいなと感じます。講師の先生の話聞いて、育児の仕方を改めようと思いました。何だか勇気をもらえた気がします。

講演会の中で、「隣の保護者の人と向き合って相手を褒めて下さい」という時間がありました。よく知っている方でしたが考えてしまい、あまりたくさん出てきませんでした。自分が褒められて嬉しいと感じた事は「〇〇さんステキですね」と言われた事よりも、「〇〇さんは、いつも笑顔で話しかけてくれてステキですね」と言われた事のほうが、自分の中でも印象に残り、嬉しいと感じました。きっと子供も同じで「うわべ」だけ褒めても響かず嬉しくないのではないかと、改めて感じる事ができました。普段子供を褒める時も、なるべく具体的に褒めるように心がけたいと思いました。聞きやすいお話でしたので、次回はもう少しテーマをしぼって、具体的に細かいお話を伺えると嬉しいと思いました。

我が家にはダウン症のある2歳の息子がおり、地域にそのような学校ができる事を初めて知りました。特別な支援が必要な子供のサポートが、富岡は手厚くなるのかなと希望がもてました。兄と同じ学校の支援クラスに入る事ができればいいなと、今は夢をもっています。

失敗をさせたくないという思いから、つい先に口を出してしまって、本人が考えて行動する事が少なかったように思います。見守る気持ちも大切だと、改めて感じました。忙しさからイライラしてしまう気持ちを抑え、深呼吸して、今の時を大切にしながら子供と過ごしたいと感じました。ありがとうございました。

講演会では、沢山のお話が聞けて勉強になったのと、皆さんが同じような事で悩んでいる事を知って自分だけではないんだと安心しました。「自分の分からない事は質問するように子供に教える」とのお話がありましたが、簡単そうに思えて、子供にしてみたら案外難しい事なのかもしれません。とても大切な事なので、今からしっかり教えていきたいと思います。

日々の生活の中で、つい子供達に言ってしまう言葉「早くしなさい！」「こうでしょ！」など、まず私達親に余裕がないといけないと思いました。子供達も頑張っているのだから、親も一呼吸おいて、心に余裕ある行動と発言を行っていく事で、子供達も心豊かになると改めて思いました。子供と一緒に親も成長していかなければならないと思いました。

勉強の事になると、つい褒める事を忘れ、叱る事が多くなってしまっていたので、良いお話が聞けたと思います。毎日の生活の中で、子供の話をよく聞き、褒めたり励ましたりして、自分の言葉がけも傷つけるものではなく、言葉を選んで接していきたいと思います。お話をしてくださった方も、とても優しくそうで好感を持ってました。

## 【資料7】 臨床心理士を講師に招いて実施(H30年度)

### 平成30年度エリアサポートモデル校研修会実施要項 北部エリア「みなかみ町立新治小学校」

#### 1 目的

- 域内における発達障害の理解・啓発を図るとともに、特別な支援を必要とする子どもや保護者を地域で支える環境作りを進めること。
- 障害のある児童と障害のない児童が共に学び合える学校づくりについて、共通理解を図ること。

#### 2 主催

群馬県教育委員会

#### 3 期日

平成30年11月9日(金)

#### 4 会場

みなかみ町立新治小学校

利根郡みなかみ町新巻208番地 0278-64-0023

#### 5 内容等

「保護者向け講演会」の実施

※ 「保護者向け講演会」とは、地域内における保護者や地域関係者を対象とした研修のこと。地域内における発達障害の理解・啓発を図るとともに、特別な支援を必要とする子どもや保護者を地域で支える環境づくりを進めるためのもの。

#### 6 日程

- ・ 10時40分～12時15分
- ・ 演題 「子育てにおけるヒント ～上手なほめ方と伝え方～」
- ・ 講師 石川 京子 氏  
NPO法人リンケージ理事長 臨床心理士

# 保護者向け講演会 資料

新治小学校 保護者向け講演会

---

子育てにおけるヒント  
～上手なほめ方と伝え方～

平成30年11月7日  
NPO法人リンケージ 臨床心理士 石川京子

子どもが幸せに育つために

大切なことって？

お金？  
友だち？  
勉強？  
よい仕事につくこと？

自分は〇〇な人間だと思いますか？

アメリカ	14.2%
中国	11.1%
日本	5.6%

自己肯定感

自分は大切な人間だ  
自分は必要とされている  
自分は生きている価値がある  
自分なら大丈夫

困難に出会ったとき自分を支えるもの

「どんなコーチも、あこがれのひととの対戦で  
2500人のプーイングを  
受ける準備はさせられない。

できるのは、**自信をもたせることだけ**」

子育てでどうしたらいいかわからない

子どもにとって

「より自信になまほう」を選んできた。

子ども自身を支えてくれる、  
**自己肯定感**をはぐくむための  
ポイントをご一緒に考えましょう

4つのおぼなし

- ・ほめましよう！と言われても何をほめたらいいの？
- ・子どもを怒ってはばかり。あとで後悔してしまう。
- ・言われないでも自分からやっばい。
- ・やる気のスイッチが見当たらない。

ほめましよう！と言われても  
何をほめたらいいの？

ほめるとは  
子どものがんばりや、  
成長を見つけた  
その嬉しさや喜びを伝えること

自信につながるほめ方 その1

・行動をほめる(えらいね、すごいねの前に)

名詞・形容詞× 動詞「～する」○

例: 明るい→明るくあいさつする  
例: 元気→よく話し、よく食べ、よく動く

いいところ探し体験

ご自身のいいところ

Blank box for writing one's own strengths.

お子さんのいいところ

Blank box for writing child's strengths.

いいところと言われると...

「ちょっと自信のあるところ」
「他人に言っても恥ずかしくないところ」
→これは、『いいところ』のワンランク上
つまり、いいところの金メダル

実は、いいところとは...

「普段・日常でできているところ」
→特別じゃなくてOK。
例:朝ごはんをつくってる
近所の人にあいさつができる
今できているだけで「それはいいことだね」

いいところ探し体験

ご自身のいいところ

Blank box for writing one's own strengths.

お子さんのいいところ

Blank box for writing child's strengths.

いいところが見つかったら

・実況中継してみる
片付け:「そうそう、箱の中に戻すんだよ。すごい!」
がまん:「がまんかったね。がまんしてるね。」
意見:「〇〇ってことね。それ賛成!」
(「もうちょっとこうなら」の付け加えなし)

いいところが見つからなかったら

・要求水準を下げてみる
→「あら、できたね」とほめることができる。
・努力していることをほめてみる
→完璧は求めません。「ここまでできたね〜」

NGワード

・「できて当たり前・普通」
→自分自身や、子どもたちを追い詰めてしまう。

落とし穴

・他人との比較は優越感になってしまう。
・優越感、自分よりできる人がいれば、
あつというまに劣等感にかわってしまう。

自信につながるほめ方 その2

・自分の過去との比較は有能感になる。
例:「できた日記」「ほめほめ日記」

自信につながるほめ方 その3

・ほめサインを決めておく。
「ツツツンしたら、すごいって意味よ」

子どもを怒ってはかり。
あとで後悔してしまう。

イライラは頑張りが過ぎている証拠!
完璧な親はいません。

大事なのは「できる範囲で」

叱る

どうしたら、うまくいくか
ひとつずつ教えていくこと

叱るコツ

・子どもは同じ失敗を繰り返す生き物です。
・落ち着かせて、目を見て、短く!
・OKカードで対応を伝える
→失敗は自分でフォローすればOK
例:ジュースをこぼす→タオルでふく
・あなたメッセージから、わたしメッセージ
例:「だめでしょ。」→「お母さん、心配だな」

叱りすぎると...

・失敗を隠し、うそをつくようになる
・不機嫌になって、やる気がなくなる
・叱られるのに慣れてしまうと、ルールを守れなくなる