

## 自律

## 「それは誰の仕事かな？」

## こんなことはありませんか？

小学校2年生のりくさん。朝、自分で起きるのが苦手で、起こしてもらいます。着替えはお母さんが用意します。そうしないと時間がかかって、朝ごはんの時間が短くなるからです。「朝はしっかり食べなきゃね。」とお母さんはいつも言います。

学校の準備をしている時、りくさんは、図画工作で使う『空き箱』をかばんに入れました。お母さんは、「こっちの箱の方がしっかりしているから。」と言って、りくさんが準備したお菓子の箱を勝手に化粧品の箱に換えました。りくさんはそのまま学校に持っていきました。



## ワーク1

「こんなことはありませんか？」にある出来事を、「自分ですべきこと」と「親の仕事」に分けてみましょう。

<自分ですべきこと>

<親の仕事>

## ワーク2

「自分ですべきこと」に親が手を出してしまうのは、他にどんな場合があるでしょう。



## ワークシート2

## ワーク3

「自分ですべきこと」を子どもに責任をもってさせる工夫を出し合ってみましょう。



## ◇他の方の意見をメモしましょう◇



いいね!



いいね!

今日気が付いたこと、わが家でもやってみようと思ったことは何でしたか?



今日からぜひやってみてくださいね。お疲れ様でした。



子どもが、自分の意思をコントロール(自律)できるように導くには、親の在り方が肝心だよ。手を出し過ぎれば子どもが「自分ですべきこと」に気づかない場合もある。口を出し過ぎても自分で判断できる力はない。一緒にしっかり話し合い、任せて見守る。親子で育ち合えるといいね。

## 実践カード



## 見守り宣言カード

～自分の力で幸せに生きていける子に～

名前



こんな時は過干渉かもしれません。

- ① 毎朝、起こしている
- ② 宿題に手を貸している
- ③ 着ていく服は親が選んでいる
- ④ 忘れ物に気づくと学校に届けている
- ⑤ 子どもの話の途中でも自分の意見を言うことがある
- ⑥ 時間割や忘れ物を毎日チェックしている
- ⑦ 習いごとは子どもより親の方が熱心である
- ⑧ 子どもの部屋を勝手に掃除・片付けしている
- ⑨ 何かにつけて「あなたのため」と言っている



子どもの自律のために、気をつけたいことを決めて実践してみましょう。

見守り宣言

月／日	/	/	/	/	/
ふりかえり (一口感想または◎・○・△)					

取組を終えての感想

## 親の在り方を考えよう!

子育ての最終目標は…



### 家庭

子どもの安らぎの場であり、  
生きていく基礎を培う場



### 家庭教育

保護者が家庭で、子どもに生きていく基礎を身につけさせる教育  
 基本的な生活習慣・自立心・自制心・善悪の判断・挨拶及び礼儀・思いやり  
 命の大切さ・家族の大切さ・社会のルール など

自分の力で幸せに生きていける子に育てる



### ■親はどのように導けばよいのでしょうか?

我慢する(あきらめるのではなく自分の心をコントロールする)ことができるようにしましょう。  
 それにはまず、自分で判断する力を身につけさせることが大切です。

### ■子どもが「怒ったり、悲しんだり」するのは?

怒ったり、悲しんだりする心は健康です。  
 時にはやる気が出ないことも、誰にでもあることです。  
 自分の夢や目標に向かって『やるべきこと』に取り組む力が大切です。

### ■そのために親ができることは?

つかず離れずの距離感で、子どもの育ちをサポートすることです。  
 子どもの年齢や能力に合わせて、『任せて見守る』『できないことは少し手助けする』など、補助的な役割をします。

## ■できないことも多く、人に迷惑をかけるかもしれませんが…

親は、見放すわけではありません。

すぐにできるようになる子もいれば、ゆっくりの子もいます。

見守って、判断力を養うサポートをしましょう。

- ・気付くように声をかける。
- ・一緒にできるようになるために、問題点をさがす。など

時には、失敗することも必要です。  
失敗の中から、子どもは生きた学習をします。  
親が先回りして、手を出しすぎないことが肝心です。  
**過干渉に気を付けましょう!**



## ◆放任とは違います。



私には

- ・いつでも見守っている親がいる。
- ・困った時には相談できる。
- ・いつでも帰る場所がある。

子どもが実感できるように、見守ることが大切です。

## ◆その環境は子どもに合っていますか?

子どもの失敗が続く時、先へ進もうとしない時、その環境は適切かということと一緒に見直してみてもいいでしょう。子どもの性格や能力を責めるのではなく、その環境にアプローチし、親子で成長していけるといいですね。

- ・忘れ物の多い子⇒ 机の周りに物が多すぎませんか?
- ・朝起きるのが苦手な子⇒ 寝る時刻は適切ですか? など

## ■子どもは自ら考えて判断できる力を身に付けていきます。

- ・正しい判断をした時 ⇒ しっかり褒めて、子どもを認めましょう。
- ・間違った判断をした時 ⇒ 一緒に考えましょう。

**親は大きな受け皿になりましょう!**



## 自分で考え自分で行動できる人に育ててほしいなら



子どもの進む先の障害物を先回りしてどけたり（過保護）、一挙一動にあれこれ指示をしたり（過干渉）するのではなく、子どもが好きなものを見つけるまで待ち、できるだけ子どもの力を信頼し、それを見守り、力づけましょう。あれこれしないで見守ることは、モノを買ってやったり何かをしてやったりするより、ずっと難しく愛情がいることです。



また、親は自分が子どものために考えたことは正しいと思いがちですが、必ずしもそうとは限りません。自分の思いや考えを押しつけるのではなく、「あなたはと思う？」と、まず子どもの言い分をじっくり聞き、子どもの気持ちをしっかり受け止めてから、「自分はこう思うんだが」と、一緒に考え一緒に学んでいく姿勢が大切です。

子どもが自分で考え、勇気をもって行動し、達成感を味わう、または失敗から学び強くなるチャンスなどを子どもから奪わないように気をつけましょう。

## 過保護や過干渉はやめる

ねらい

- 子どもを自律できる子に育てられるように、親の在り方について見直す機会とし、適切な導きができているかを交流してみましょう。

時間	進め方	留意点
10分	<p><b>はじめのことば</b></p> <p>「みなさん、こんにちは。本日は参加いただきありがとうございます。今日は子どもの『自律』について考えましょう。」</p> <p><b>アイスブレイク</b></p> <p>「最初にみなさんで簡単なゲームを楽しみましょう。では、やり方を説明します。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆グループ内で順番に自己紹介をする。</li> <li>◆自己紹介の中に「好きな季節と理由」を必ず入れる。</li> </ul>	<p>◇笑顔で親しみやすい言動を心がける。</p> <p>小道具として「お茶」やちょっとした「お菓子」があると、やわらかい雰囲気を演出し、話も弾みやすくなる。</p>  <p>◇「7 アイスブレイク①」参照。</p> 
30分	<p><b>3つの約束の確認</b></p> <p>「では、これから活動に入りますが、その中でみなさんに守ってほしい約束が3つあります。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆3つの約束を確認する。</li> </ul> <p><b>ワークショップ</b></p> <p>「まず、ワークシートをご覧ください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆「こんなことはありませんか?」を読む。</li> </ul> <p>&lt;ワーク1&gt;</p> <p>「ではまず、『親の在り方』について振り返ってみたいと思います。エピソードの出来事を、『親の仕事』と『自分ですべきこと』に分けてみましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆意見を交流する。</li> </ul> <p>&lt;ワーク2&gt;</p> <p>「『自分ですべきこと』に親が手を出してしまいがちな場面を出し合ひましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆意見を交流する。                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れ物をした時、学校に届ける。</li> <li>・ちらかった勉強机の周りを片付ける。</li> </ul> </li> </ul> <p>&lt;ワーク3&gt;</p> <p>「『自分ですべきこと』を子どもに責任をもってさせる為の工夫を出し合ひましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ワークシートに考えをメモし、交流する。                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもと朝のスケジュールを確認し、起きる時刻を一緒に決める。</li> <li>・子どもの決めたことを尊重し、認める。失敗したら、次はどうすればよいか話し合う。</li> </ul> </li> </ul>	<p>◇「3 3つの約束」参照。</p> <p>◇家庭内の話題も出るため、信頼関係が大切であることを理解してもらう。</p> <p>◇「5 進行役について(1)子育てサロン型」参照。</p> <p>◇ワークシートにメモする時間がなければ、そのまま交流に入ってもよい。</p> <p>◇参加者が話しやすくなるよう、進行役が最初に困っていることや悩んでいることを話すもよい。</p> <p>◇時間配分を考え、全員に話す機会を与える。</p>
20分	<p><b>振り返り</b></p> <p>「今日の話し合いを聞いて、よいと思ったこと、やってみようと思ったことは何ですか。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ワークシートに考えをメモし、交流する。                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・まずは、自分が子どもの仕事までとってしまっていないか、気をつけたい。</li> </ul> </li> </ul> <p>「いろいろな意見の中には、今日からいかせそうなヒントがありました。私は○○さんの△△という意見がなるほどと思いました。話し合うことで気持ちが軽くなった方もいらっしゃるでしょう。これからも積極的にこうした機会を活用してください。」</p>	<p>◇代表で1~2人に話してもらう。</p> <p>◇時間があれば、資料2、3を配布し、読む。</p> <p>◇進行役が参加者と同じ目線で「こんなヒントをもらった」という話ができるもよい。</p> <p>◇資料1を配り、各家庭での実践を促す。 (「こんな時は過干渉かもしれません」を参考にして、子どもの自律のために、親として気をつけることを「見守り宣言」として記入する。)</p>