

ファシリテーター用資料～十人十色の子育て&親育ち～【親のみちしるべ】ステージ③「子育てと仕事の両立」～仕事…本当に続けていけるのかな?～

対象 :	これから仕事に復帰する親, 現在働いている親, 求職中の親や保護者であるが, 参加者は限定しない。 *対象者だけでプログラムを進めるよりも色々な立場の人が参加した方が, 視野が広がり, 気持ちが楽になる。(実践者のアンケート結果による)
方法 :	参加型学習 (P:計画 D:実行 C:チェック A:改善・行動 サイクルを大切に実践する。)
時間 :	90分程度 (臨機応変に)

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>東日本大震災を経て, 子育てをしていくことに不安を抱えている親を含め, 参加者が子育てへの希望をもち, 安心できるようにする。</li> <li>『カンペきな親なんていない』『子育ての悩みや不安は誰にでもある』ということに気付き, 肩の力が抜けてリラックスできるようにする。</li> <li>*『無理をせずに, 子育てと仕事の両立ができるよう』意見を出し合い, 同じテーマでグループワークを行うことでストレスを軽くして, 安心と自信をもてるようにする。</li> </ul>
-----	---

進行のポイント	<ol style="list-style-type: none"> <li>ゆっくり進めましょう。時間配分はあくまで目安です。心をゆったりさせるために話す言葉もゆっくり, 穏やかにしましょう。</li> <li>笑顔で進めましょう。参加者に緊張を与えないよう, うなずきや共感も大切にしましょう。</li> <li>参加者のペースに合わせて進めましょう。「書きたくない, 言いたくない時は無理しないでくださいね」と言っておきましょう。</li> <li>『参加型学習』ということを意識して進めましょう。参加者同士がプログラムを進めながら, 自然に作られていく雰囲気大切にするため, 評価をしたり, 否定をしないで参加者と同じ目線で寄り添いながら進めましょう。</li> <li>ファシリテーター自身が『楽しく』進めましょう。</li> </ol>
---------	--

事前準備	①『親のみちしるべ』ステージ③のシート ②ペン・マジック ③模造紙 ④大きいサイズの付箋紙 ⑤掲示できるボード ⑥予算があれば簡単なお菓子, 飲み物等 ⑦行政発行の資料や子育て関係のパンフレット等 ⑧ステージ③に必要なグッズ(ここでは紙芝居, 名札, パクパク人形用A4コピー用紙等)
------	--

時間	段階	参加者	形態	ファシリテーター	留意点	備考
15分	はじまり	◇席に着く。 ◇参加ルールを確認する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>①アイスブレイク</b> </div> ◇身振りだけで「和食」「洋食」「中華」を表現し, 同じものを選んだ者同士でグループを組む。 ◇A4用紙でパクパク人形を作る。 ◇名札に呼んでほしい名前を書き胸に貼る。(例:ニックネーム等) ◇パクパク人形を使用して, グループごと自己紹介する。	一斉          グループ	◇会場の雰囲気づくりに配慮する。 ◇笑顔であいさつする。 ◇プログラムの趣旨を説明する。無理をせずに, 子育てと仕事の両立ができるようにするヒントをつかんでほしいと伝える。 ◇明るくファシリテーターの自己紹介をする。 ◇参加ルールを伝える。 ①アイスブレイク(例) ・ゼスチャーゲームで「和食」「洋食」「中華」等, 4～5人一組のグループに分かれてもらう。 ・A4用紙でパクパク人形の説明をしながら作る。 ・名札に呼んでほしい名前を書いてもらう。 ・「パクパク人形を使って自己紹介をしてみましょう。お子さんの名前や好きな食べ物等を笑顔で話してみてくださいね。」と呼びかけ, 実際にやってみる。	・笑顔で始める。 ・全員がゆったりとした気持ちになれるように落ち着いて進める。 ・6つの参加ルールを確認する。 ・参加者の人数や雰囲気に応じて和やかに進める。 ・30秒くらいで各自自己紹介をしてもらうように促す。 ・お菓子や飲み物等を用意して, リラックスできるよう配慮し, 自由に雑談できる雰囲気を保つ。	・受付 ・資料確認 ・ステージ③のシート  (例) ・A4コピー用紙と名札を渡す。 <パクパク人形> ・A4用紙を3等分にし, M字にする。目を書き入れて完成。折ったところに手を入れてパクパクする。 ・家に持ち帰り, 子どもと一緒に遊んでもらう。
20分	展開1	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <b>②グループワーク1</b> </div> ◇紙芝居を見る。  <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;">                         あ～どうしよう。花子ちゃんのママは困りました。まで読む                     </div> ◇『もし, 自分だったら, こんな時どうするか?』考えて, ワークシートに書き出してみる。	グループ	②グループワーク1 ・紙芝居を3枚目まで読み, 花子ちゃんのママのその後の行動を一緒に考えてもらう。  ・「こんな時, あなただったらどうしますか?」と, 問いかけ, 自分の意見をワークシートに書き出してもらう。 ・グループごとに意見交換してもらう。	・全員が聞き取れるようにゆっくりと紙芝居を読む。  ・『自分』だったらどうするか?と考えると「近くの祖母に預ける」等の意見も可であることを話す。	・紙芝居 ・お菓子, 飲み物等 ・ワークシート ・ペン

20分	展開2  気付き	<p><b>③グループワーク2</b></p> <p>◇紙芝居を見ながら、子どもの気持ち、上司からの言葉から、『お母さんは、今どんな気持ちになっているか』考える。</p> <p>◇各グループ毎に、花子ちゃんの気持ち、お母さんの気持ち、職場で置かれている状況等について話し合う。</p>	一斉	<p>③グループワーク2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>紙芝居の続きを読む。</li> <li>「花子ちゃんの今の気持ち・お母さんの今の気持ちは?」と、問いかける。</li> <li>子どもが熱を出してしまった状況や子どもの気持ち、上司からの言葉等から、お母さんの気持ちを考えてもらう。</li> <li>それぞれワークシートに書いてもらう。</li> <li>グループ毎に話し合ってもらおう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>参加者全員が聞き取れるようにゆっくりと紙芝居の続きを読む。</li> <li>紙芝居の親子について「どのような家庭環境なのか」質問が出た場合は、参加者に想像してもらおう。</li> <li>雑談になっても構わない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート</li> <li>ペン</li> </ul>
20分	展開3  気付き	<p><b>④グループワーク3</b></p> <p>◇無理をしないで子育てと仕事を両立できるようなアイデア等を考える。</p> <p>◇自分の意見を付箋紙に書いて模造紙に貼り、意見交換する。</p> <p>◇貼りだされた付箋紙のグループ分けをする。</p>	グループ	<p>④グループワーク3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「子どもの発熱に限らず、いろいろなことが起こる子育て中。無理をしないで子育てと仕事を両立できるようなアイデア、家事の時間を短縮できる便利なもの、ちょっとした工夫はありませんか?」と、問いかけ、日常生活の中で既に実践していること等をワークシートに記入してもらおう。</li> <li>それぞれ自由に付箋紙に書き出してもらおう。</li> <li>付箋紙を模造紙に貼った後、グループで意見交換し合ってもらおう。</li> <li>だいたい出そろったら、アイデアの種類毎に模造紙上で付箋紙を貼り直しそれぞれにタイトルを付けてもらう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>各グループが円滑にできているか見守る。</li> <li>グループのメンバーが一通り話ができるように配慮する。</li> <li>他のメンバーの意見を聞いて、更に思いついたアイデアがあれば、付箋紙に書き模造紙に貼る。</li> <li>雑談の中から良い考えが生まれるので、自由に話し合ってもらおう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート</li> <li>ペン</li> <li>マジック</li> <li>付箋紙</li> <li>模造紙</li> </ul>
15分	まとめ	<p><b>⑤発表</b></p> <p>◇グループで出た子育てと仕事の両立アイデア方法を発表する。</p> <p>◇参考意見があればメモを取る。</p> <p><b>⑥振り返り</b></p> <p>◇ファシリテーターの話を聴きながら、肩の力を抜いて良いということに気付く。</p> <p>◇アンケートを記入する。</p> <p>◇グループ内であいさつを交わす。</p>	グループ・一斉・各自	<p>⑤発表しやすいように全体に声をかける。</p> <p>「これから〇〇グループが発表しますので、皆さんこちらを注目してください。」</p> <p>「マネしてみようかなという意見があったら、ワークシートにメモを取っても良いですよ。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「カンペキな親なんていない」「十人十色の子育て」で良いことを伝える。</li> <li>アンケート用紙を配り、各自記入してもらう。</li> <li>あいさつ(例) 「今日はありがとうございました。また、お会いできる日を楽しみにしています。」 「グループの皆さん同士もあいさつを交わしてください。」</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>発表する人、模造紙を持つ人等、グループ全員で役割分担をして発表できそうな場合は全員で発表してもらおう。</li> <li>*臨機応変に</li> <li>一期一会の気持ちを込めてあいさつをする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>模造紙(発表用)</li> <li>アンケート用紙</li> <li>ペン</li> </ul>
各自	フィードバック	<p>◇家庭での話題づくりにつなげる。</p> <p>◇一人になった時に自分と向き合い、もう一度振り返る。</p>	各自	<ul style="list-style-type: none"> <li>可能であればアンケートをまとめ、後日配布する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>可能であれば写真を撮り、内容を後日配布する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>アンケート用紙</li> <li>振り返りシート</li> </ul>