

親子支援プログラムとは

役割演技やグループ討議等で、子どもとのコミュニケーションを深めるためのスキルを習得します。

1 ウォーミングアップエクササイズ

まず、ゲーム形式の演習を行うことで、参加者の緊張をほぐし、自己開示がしやすく、お互いに信頼関係が生まれるような雰囲気を作ります。

(例) 誕生日チェーン、聖徳太子ゲーム、探偵ごっこ 等



2 メインエクササイズ

様々な演習項目の中から、参加された保護者のニーズや実情にあわせて、役割演技やグループ討議等を通してスキルを学びます。

ア 「子どもの気持ちの受け止め方」

- ・子どもの話の聴き方
- ・子どもの話に対する同調や共感の仕方

イ 「子どもとのかかわり方」

- ・子どもとのスキンシップの仕方
- ・家庭で子どもに接する際の自分について
- ・親心、大人心、子ども心の3つのバランス
- ・子どもへの声のかけ方
- ・叱り方、ほめ方

ウ 「家庭での対応」

- ・親子の対話の基本 など



日常生活の中で、忙しさに流されて
ついついディスカウント(1)し
て子どもに接していたことを反省
しました。

「話を聞く」「受容」「認める」「明
確化(2)」...何も出来ていない
ことに気づき深く反省しました。

「叱る」のではなくて
「怒ってばかりいる」自分に気づきました。

体験するスキルの例

1 ディスカウント

無意識のうちに相手の存在価値を無視、軽視する働きかけ。

2 明確化

複雑な感情をこまやかに拾いあげて、相手の本当の感情に気づいてあげること。