

「思春期の子どもをもつ親の学習プログラム」活用手引き

プログラム追加の趣旨

思春期は、乳児期と同様、心身共に最も急激に成長を遂げる時期です。特に、親からの心理的な自立が少しずつ始まり、同年代の友人との関係の意味がより重要になってきます。そして、その分そうした関係の中で様々な感情を抱き、一時的にこころの安定も難しくなる時期でもあります。そんな時には、親に頼りながら、再び自立の道を進みます。つまり、親に時に心理的に依存をしながらエネルギーをため、そしてまた時に親に反発をしながら自立の道に向かうのです。そう考えると、依存と自立は相反するものではないのですが、そのどちらにも対応する両親は非常に疲れるし、とても混乱するでしょう。時には大人として扱ってほしいし、時には子どもとして扱ってほしい思春期の子どもたち。ここでの対応に“唯一の正解”があるとはとても思えませんが、グループワークでは様々なメンバーとのやりとりの中から、その時の家族メンバーの気持ちを体験できればと考えました。エピソードは2つあります。一つ目は、娘の様子がちよっとおかしいのをわかりつつ、励まし続ける母親のエピソード。二つ目は、だんだん言うことを聞かなくなってきた思春期の子どもと関わる際の夫婦の会話です。役割を色々と交代しながら、それぞれになりきって演じていただき、その時に感じたことを自由に話し合い、共有できればと考えています。

4の表6 プログラム活用の流れ (⑥エピソード 本当にわかっているの?)

時間	活動	留意点
5分	1 4人程度のグループに分かれて、エピソードを役割分担して読みあげてみましょう。	○さやかと母親の会話の「間」の取り方を工夫しましょう。
10分	2 エピソードについて考え、グループワーク①～④をワークシートに自分なりの意見を書き込んでみましょう。	○グループワーク①では自分の子どもの時の経験を思い出しつつ書いてみる。グループワーク②③ではそれぞれの立場に立って、どんな気持ちになるのかを想像してみる。グループワーク④では、さやかの立場に立った場合を感じてみましょう。 正解があるものではありません。模範解答ではなく、その時思ったことをあなたなりに書いてみましょう。
15分	3 それぞれ、ワークに記入したことをもとに、グループで自分の考えたことを紹介しましょう。 1) 自分の子供のころの学校へ行きたくなかった体験を話してみましょう。 2) エピソードの母親の気持ちについて話し合ってみましょう。 3) さやかの「・・・」の部分話し合ってみましょう。 4) さやかには本当はどんな言葉をかけてほしかったのでしょうか。	○自分の体験を思い起こし、エピソードの中のさやかの置かれた状況と比較することによって、よりさやかの気持ちに迫りましょう。 ○さやかの学校での様子に気付きながらも、さやかを励ます母親の気持ちを考えましょう。(親としては当然の気持ちなのかもしれません) ○さやかの本当の気持ちについて話し合みましょう。 ○さやかの気持ちに寄り添って考えてみましょう。さやかは自分の思っていることを言えないのはどうしてでしょう。

- 15分 4 グループで話し合ったことを、発表しましょう。
- それぞれのグループで出した話し合いの内容を紹介し合ひましょう。
自分たちのグループで出なかった意見を、他のグループの発表で聞くことができ、より多くの意見をみんなで共有する。可能な限り、様々な意見に対してオープンでありましょう。

4の表7 プログラム活用の流れ（⑦エピソード お父さんの出番）

時間	活動	留意点
5分	1 4人程度のグループに分かれて、各自、エピソードを黙読してみましょう。	○ファシリテーターがグループを分けて、エピソードの内容把握を促しましょう。
20分	2 その後の父親と母親の会話はどのようになったでしょう。①のワークを役割交換しながら実際に演じてみましょう。	○最初の言葉によって、流れは大きく変わる可能性があります。その意味で、父親の模範回答があるわけではありません。多くの人が役割交換をすることで、様々な会話の流れや内容が生まれると思います。
5分	3 グループワーク②のワークを書き込んでみましょう。	○グループワーク①で感じたことを含めて、グループワーク②を書いていきましょう。
20分	4 グループワーク③を書き込み、グループの中で意見交換をしていきましょう。	○自分の失敗談や成功談を含めて、グループの中で、「父親ができること」「やりにくいこと」「やってみたいこと」について、より多くの意見を共有できることを促しましょう。
15分	5 グループの中で話し合ったことを、他のグループにもわかるよう発表してみましょう。	○他のグループの意見を聴くことで、自分のグループにはなかった意見がないか確認し、考え方や感じ方の幅を広げましょう。