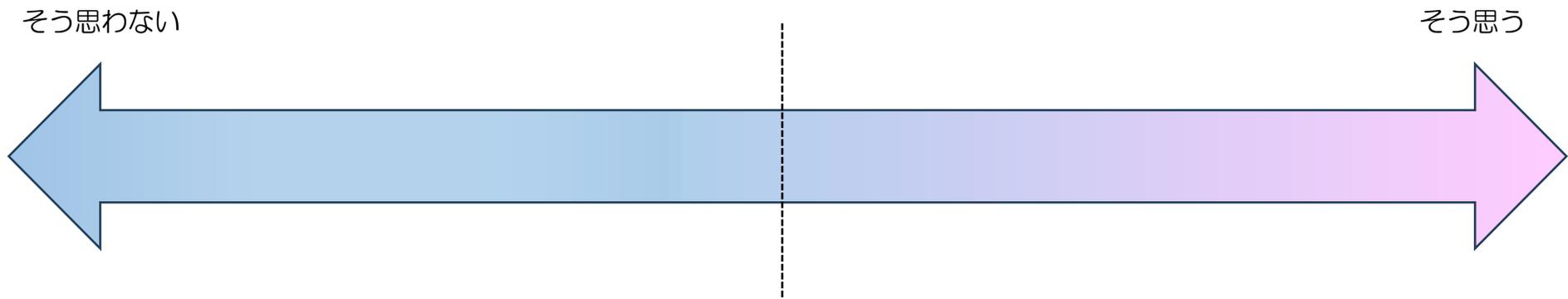


ディレンマゲーム用シート例
 () について

() グループ



ディレンマゲームとは、自分自身の意見を発表し、他人の意見を傾聴し、新たな理解に照らして意見を交換するように促すための方法です。様々なアレンジが可能です。

【進め方】

- (1) 線の右側は意見に賛成であることを示し、左側は反対であることを示すことを説明します。真ん中の線からの距離が賛成または反対にどの程度近いかを示すことを説明します。
 - (2) 最初の意見を読みます。その意見について、自分の見解にあうところに自分の名前を書いた付せん紙を貼ってもらいます。
 - (3) その理由を話すように促します。
 - (4) 話したいと思う人には誰でも発言してもらいます。
 - (5) その後、貼る場所を変えたいと思ったら貼る場所を変えてもらい、その理由を言ってもらいます。
- ※紙の上ではなく、床に線を引き、立つ場所で自分の見解を示す方法でもすることができます。

◆考えてみていかがでしたか？

こどもならOK？

大人にはしないことも、こどもにはしてもよいと思っているところはありませんでしたか？
しつけのためだからとか、子どものためだからと、子どもの思いや意見を聴くことなしにしてしまっているところはありませんでしたか？
こどもに権利を認めると、わがままになると考えていませんか？

こどもも生まれながらにして権利を持った大切な存在

こどもも大人と同じように、生まれながらにしてひとつの人格であり、自分らしく生きていける主人公です。ただ、こどもは成長過程であるため、保護されるところが大人と違うだけです。

自分の権利を大切にすることは相手の権利も大切にすること

こどもが、こどもの権利を知ることで、自分だけではなく他の人にも、同じように権利があることを知り、互いに尊重することにつながります。
また、自分が大切な存在だと思えるようになります。そして、困ったことがあっても、助けを求めたり、あきらめずに何とかしようとしたりします。



こどもの思いや願いを聴くには・・・

○こんな聴き方で・・・聴き上手は話し上手を育てる

「対等な関係で」「理解しようとする」「うなずきながら」
「共感しながら」「話してくれてありがとう」「最後まで」
「秘密を守る」など

◆こどもが話したがらなくなる大人の聴き方

「威圧感を与える」「決めつけや思い込み」「忠告する」
「なくさめる」「話題を変える」など

おやこのミカタ

セーブ・ザ・チルドレン おやこのミカタ

心にとめたい10のコト

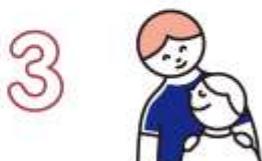
子どもと向き合うときに親も子どもラクになるヒント

子どもの気持ちや声に耳を傾け、
受け止める

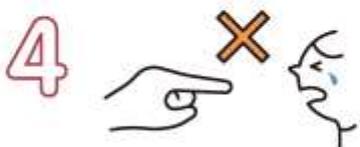
子どもの気持ちが、親の思いと違うこともあります。子どものどんな気持ちも大切にしましょう。気持ちが受け止められることで、子どもは、自分が尊重されている、と感じます。その上で、あなたの思いや意見を伝えると、子どもも耳を傾けやすくなるかもしれません。

子どもに望んでいることを、
親自身が行動で見せる

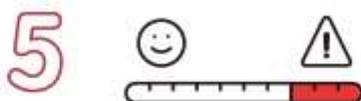
子どもにあいさつをしてほしいなら、まずは親自身があいさつすることから始めましょう。子どもは親の言葉や行動を見て学んでいきます。言うことを聞かないからと、子どもを暴力で従わせようとしたり、できないことにいら立って罰を与えれば、子どもは暴力で解決する方法を学んでしまいます。大人がコミュニケーションで解決しようとする姿を示すことで、子どももそのような解決方法を学ぶでしょう。

子どもが良い行動をしたときは、
具体的にほめる

日々の子どもの行動を注意深く観察すると、手伝ってくれたり、助かったり、やさしくしてくれるなど、ほめるポイントがたくさんあることに気が付きます。前はできなかったことが、できるようになっていると気付くこともあるかもしれません。子どもをほめるときには、どのような行動が良かったのか、具体的に子どもに伝えてみましょう。

注意するときは、子ども自身ではなく
行動に注目する

「乱暴な子ね。ダメじゃない！」というのは、子どもの人格や性格を否定する言葉です。好ましくない行動であると伝えるときは、その行動に対して注意しましょう。どうしてそのような行動をしたのか、子どもの気持ちを聞き、受け止めてから「たまたま、今度はやめて言葉で伝えよう」など、行動に注目して伝え、アドバイスすることが大切です。

叱るのは、
どうしても譲れない行動だけに

叱り続けるのではなく、どうすべきかを一緒に考え、アドバイスしましょう。何をしても叱られていると、子どもは何かするたびに叱られないかとびくびくし、その都度、どうして良いかわからなくなって親に確認するようになります。叱るのは、本当に叱らなくてはいけないことだけに。好ましくない行動が少しずつも減ったら、認める声かけをしていきましょう。

子どもの発達段階を理解し、
現実的な期待を持つ

それぞれの発達の段階によって、子どものできることは変わります。親がしてほしいと思っていることが、その子の成長・発達に合わない、失敗を繰り返したり、反抗的と見えることもあります。親が言っていることが子どもに過大な要求ではないかを考え、子どもの成長・発達に合わせた具体的な伝え方になるよう工夫しましょう。

心にとめたい 10 のコト

子どもと向き合うときに親も子どもラクになるヒント

子どもへ肯定文で伝える



子どもが好ましくない行動をしていると、「～しない!」と叱ってしまいがちですが、子どもには肯定文の方が伝わります。「ふらふらしない!」よりも「まっすぐ歩いてね」といった肯定的な表現にすることで、子どもに具体的に伝わりやすくなります。

大事なことについては、制限を設け、それ以外のことについては、子どもと一緒に解決法を考える



誰かを傷つけたり危険な行為をしたりしているときや、親として絶対に譲りたくないことを守らないときは、はっきりと「ダメだよ」と伝えましょう。子どもがなぜそのような行動をとったのか、理由を聞いて寄り添いつつ、ダメなことは真剣にきっぱりと理由を伝えます。困った行動は、子どもと相談しながら解決していきましょう。

子どもに合ったサポートを工夫する



感情の切り替えが苦手な子どもには、場所を変える、音楽を聴くなど、気分を変える手助けをしてみましょう。宿題に集中しにくい子どもは、一緒に理由を考えることも大切です。問題が難しいならサポートしたり、テレビがついていて集中できないなら消したり、机よりもリビングテーブルの方が集中できるなら場所を変えるなど、環境を整えることも一案です。

親は自分のイライラの傾向を知り、暴力的にならない対処法を持つておく



子どもの言動にイライラして、つい怒鳴ったり叩きたくなってしまふとき、どんなことがあなたの怒りの引き金を引いているのでしょうか。自分のイライラの傾向を知り、そこに対処することは、子どももあなた自身も守ることもつながります。