

子育て世代（幼児～小学生）対象プログラム展開例(45～60分)

「これで我が子もお手伝い名人」～ニコニコお手伝い作戦～  
☆プログラムのねらい

お手伝いが子どもの成長に与える影響について知り、子どもに家庭での役割を分担させるための、親の関わり方について考える。

時間	進め方	準備物等
導入 10分	<p><b>アイスブレイク</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>子どもの頃に自分がしていたお手伝いやそれに関わるエピソードについて互いに紹介し合い、温かい雰囲気を作る。</li> <li>4人程度のグループをつくる。</li> </ul> <p>＜ルールとマナーを確認する＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 積極的に参加しましょう。</li> <li>● 一人一人の考えや思いを尊重しましょう。</li> </ul>	アイスブレイク集
展開 30～45分	<p><b>ワーク1</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>エピソードを読んで感じたことを各自書く。(困っていることなど)</li> <li>互いに共有し合い、今日の学習で解決したい各自の課題を明確にする。</li> </ol> <p><b>まめ知識 お手伝いで育まれるものは？</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>補助資料①をもとに、グラフについて説明する。 縦軸は、お手伝いの多い・少ないを、横軸は「友だちが多い方だ」「勉強は得意な方だ」「自分が好きだ」「自分には自分らしさがある」など、自己肯定感の高さを示す項目への回答を得点化し、5段階に分類したものである。</li> <li>自己肯定感について説明し、お手伝いは、単に生活に必要な技術や知恵を身に付けるだけでなく、子どもの「自己肯定感」を育む絶好のチャンスであること、自己肯定感を育む関わり方について確認する。</li> </ol> <p><b>ワーク2</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>まめ知識の内容や、ふだんお手伝いをさせるために工夫していることなどをもとに、エピソード場面の5人に対するアドバイスをグループで考える。</li> <li>どんなアドバイスになったか、全体で紹介し合う。 ※ 5人全てに対してでなく、グループごとにA～Eさんの中から2つくらいを選択し、全体で紹介してもよい。 ※ エピソード場面以外の悩みや、お手伝いのやる気アップのヒントなど、全体で共有したいものがあれば、その内容でもよい。</li> <li>各グループから出されたアドバイスについて賞賛するとともに、必要に応じてアドバイスについての考え方を補足する。(補助資料②)</li> </ol> <p><b>家庭の仕事はだれの仕事</b></p> <p>小学校家庭科での学習内容を紹介し、家庭科では、「お手伝い」と「家の仕事」を区別して考えていること、男女共同参画の視点やワークライフバランスの考え方からも、男女を問わず、大人も子どもも仕事を分担して行うことの大切さを確認する。</p> <p><b>ワーク3</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>これまでの学習を踏まえ、どんなお手伝いをさせたいかを、各自考える。</li> <li>可能なら、いくつか紹介する。</li> </ol>	<p>※補助資料① 「青少年の体験活動等に関する実態調査(平成24年調査)」</p> <p>グループの意見をまとめる広い用紙マジック</p> <p>※補助資料②</p> <p>※補助資料③</p>
まとめ 5分	<p><b>ふりかえり</b></p> <p>プログラムを通して考えたことを各自書かせ、感想などを発表させる。</p> <p>※ ファシリテーターからのアドバイスをする場合は、意見の押し付けにならないように留意する。</p> <p>＜ルールとマナーを確認する＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 講座で知り得た個人情報以外へ持ち出さないようにしましょう。</li> </ul>	

※ 時間は必要に応じて調整してください。

「これで我が子もお手伝い名人！」補助資料①（ファシリテーター手持ち）

「青少年の体験活動等に関する実態調査(平成 24 年調査)」

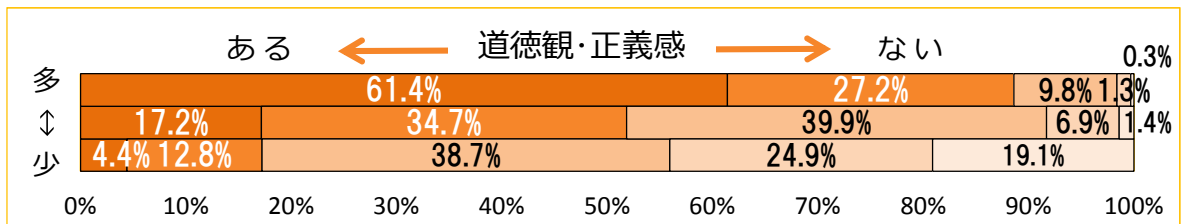
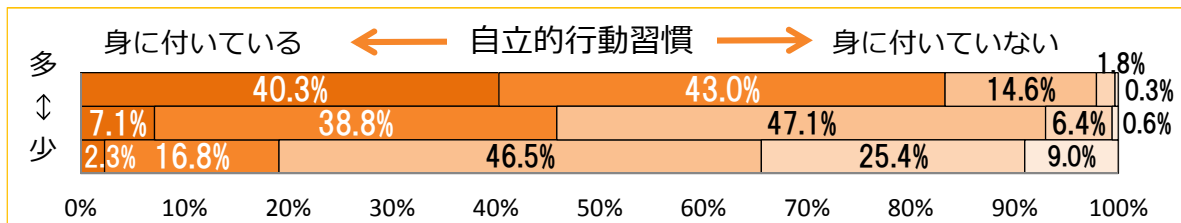
独立行政法人青少年教育振興機構が、青少年の体験（自然体験、生活体験、お手伝い）や生活習慣と意識等（自己肯定感、自立的行動習慣、道徳観・正義感）の関係について調査・分析を行ったもの。

調査対象は、小学校4～6年生、中学校2年生、高等学校2年生（子ども調査）

横軸は、自己肯定感の高さを示す6項目（「学校の友だちが多い方だ」「学校以外の友だちが多い方だ」「勉強は得意な方だ」「今の自分が好きだ」「自分には自分らしさがある」「体力には自信がある」）に関する回答について、「とても思う」を1点、「少し思う」を2点、「あまり思わない」を3点、「全く思わない」を4点として、6項目の平均点を算出。（無回答の項目がある場合は、回答が得られた項目で平均点を算出し、すべての項目が無回答の場合は、母数から除外）

その平均点に従って、「1点以上1.6点未満」、「1.6点以上2.2点未満」、「2.2点以上2.8点未満」、「2.8点以上3.4点未満」、「3.4点以上4点以下」、の5段階に分類している。

その他、自立的行動習慣、道徳観・正義感についても、お手伝いとの相関が明確になっている。



自己肯定感とは

自己肯定感とは「自己を肯定する感覚」。

つまり、「自分は生きている意味がある」「存在価値がある」「大切な存在だ」「必要とされている」と感じる心の感覚です。

自己肯定感の高い人は、学歴や職業、収入等に関係なく、どんな状況でも幸せを感じ、前向きに生きていくことができます。

逆に、「自分はダメな人間だ」「生きている価値がない」と感じるなど、自己肯定感の低い人は、一見、人から羨ましがられるような生活をしていても、苦しい人生になります。

□参考 明橋大二著「子育てハッピーアドバイス 大好き!が伝わるほめ方\*叱り方」(1 万年堂出版)

子どもはもともとお手伝い好き

①子どもは、誰かを喜ばせるのが好き(大人も)。

自分のしたことが、相手の役に立った、相手が喜んでくれたということは、「自分の存在に意味があった」ということ。それを「うれしい」と感じる。

②子どもは、大人のまねをしたがる。

同じように自分にもできるか試してみたい。大人から見れば不十分な状態でも、子どもなりにできたと思ったら、できた自分に満足し、自信を感じる。

そして「見て。こんなことができるんだよ。」と認めてもらいたい。

例え仕上がりが不十分でも、叱ったり、けなしたりしない。役に立とうと奮闘した気持ちや過程を「喜び・感動・感謝」の言葉でほめよう。

「これで我が子もお手伝い名人！」補助資料②(ファシリテーター手持ち)

**Aさん** 「やりたい」は自立心の表れ。今こそチャンス。「時間がかかっても、下手でも、見守って最後まで自分でやらせる」。そして、う〜んとほめる。そのためには、時間的な余裕持つこと。どうしても忙しい時は、「お手伝いしたいの。ありがとう。」(受容)「でも今は〜だから、お願いしたいけどできないの。」(理由説明)「その代わりに、いつならできるよ。」(代替案の提案)と丁寧に話す。また、たとえ仕上がりが悪くても、ダメ出しや見ている前でのやり直しはせず、「ありがとう、助かった」とほめる。

**Bさん** 完了のタイムリミットと所要時間を考えて、開始時刻を決めておく。約束の時間までは、様子を見て、自分から取りかかったら、(始めるそぶりを見せたら)すかさずほめる。(「ちゃんと約束守ってくれて、うれしい。」、「感心だね。ちゃんと時間気にしてたんだね。」など)時間を過ぎてしまったら、「気付いてるとかも知れないけど、時間だよ。」「おっと、時間だね〜。もしかして、今から取りかかる場所かな？」などの声かけを。

ほかに、「お手伝いが終わってから遊ぶ」というルールにする方法もある。いずれも、決める場合は、子どもと一緒に決めるのが best。

手伝いをするとき、何か困っていることがないか、子どもに聞くことも大切である。大人用の道具で使いにくいなど環境の面は、親が配慮し、子ども用の道具を揃えるなど、子どもが作業しやすいように整える。

**Cさん** 親も自身も、仕事や人付き合いの中で、同じ気持ちになったことはないだろうか。たとえば子どもでも、子どもの都合がある。「〜して」「〜しなさい」ではなく、「忙しいところ(〜してる) ちょっとごめんだけ、〜してくれない」「〜を手伝ってほしいんだけど、少し時間いいかな？」というように、“Excuse”を入れる。

**Dさん** お駄賃を与えることについては、賛否両論ある。与える親は、「労働の対価としての報酬を与えることで、お金を稼ぐことの大変さを教えたい。」という目的で与えていることが多い。報酬が明確なため、子供もお手伝いを進んでするようになるという面もある。一方で、報酬なしでは仕事をしない、次第に高額な報酬を要求するなどの問題が発生することもある。手伝いに対するお駄賃も含だけでなく、小遣いについては、どんな子どもに育ててほしいか、どんな力を身に付けてほしいか等の目的を明らかにし、その与え方や日々の声かけ・見届けの方法が、目的達成につながるかどうか、よく家族で話し合い、吟味して、方針を明確にしておきたい。

その場の雰囲気や、子どもが主張する「周りは〜だから」で安易に渡すのは避けたい。

思いがけず、祖父母や地域の方から金品をいただくこともあるが、「あなたの行為がすごく嬉しかったから、それに対する感謝の気持ちを□□(金品)にして、くださったもの」であると説明し、必ずいつでももらえるものではないこと、対価として要求するものではないことを伝えたい。

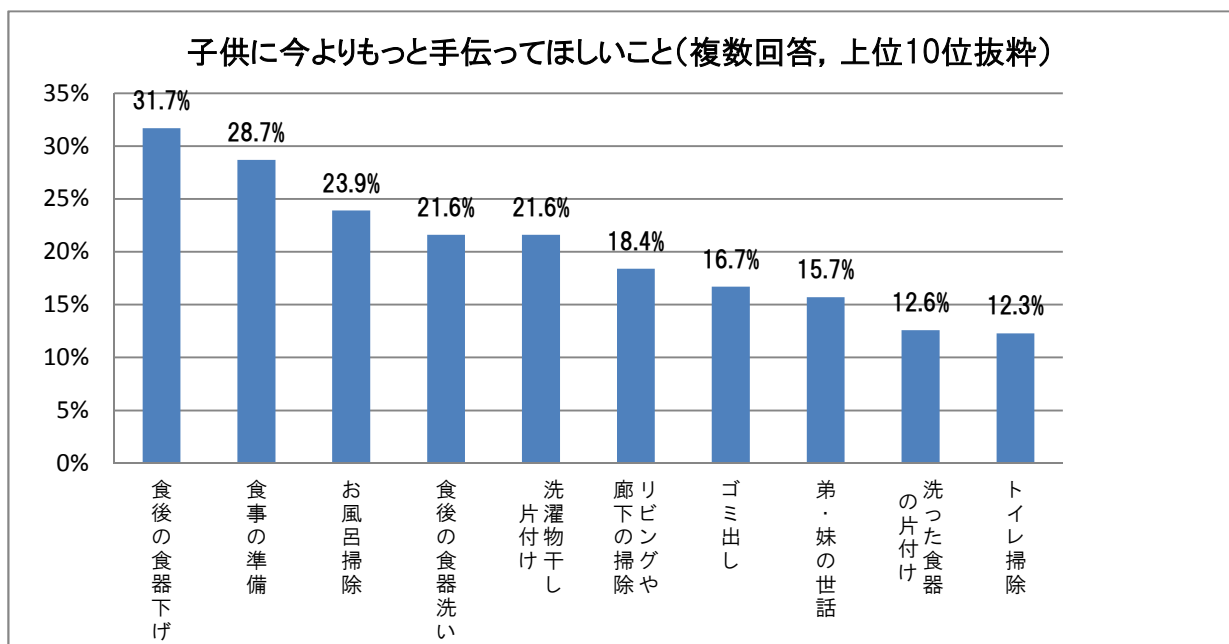
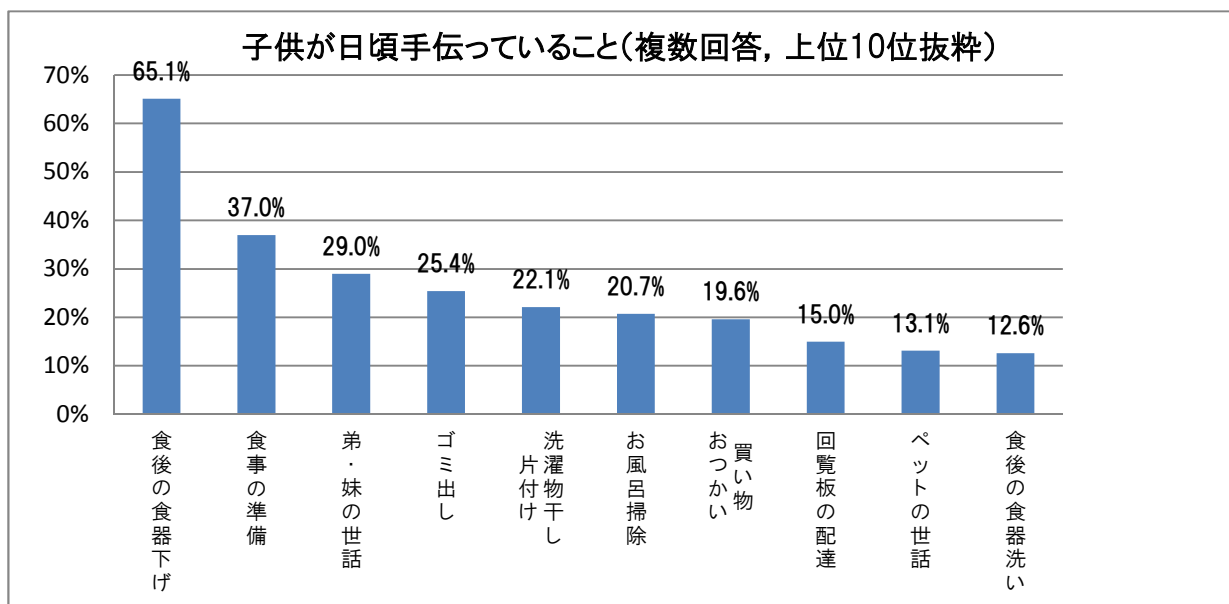
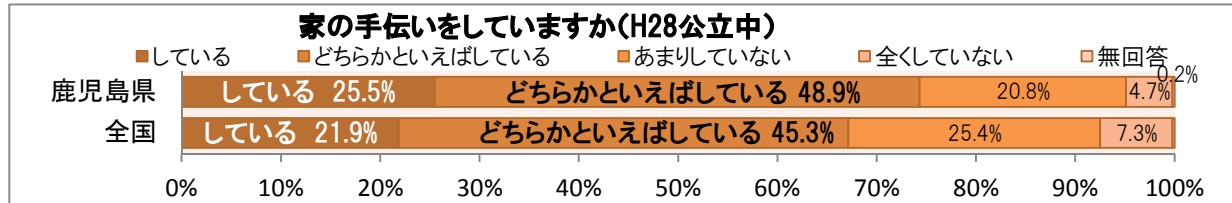
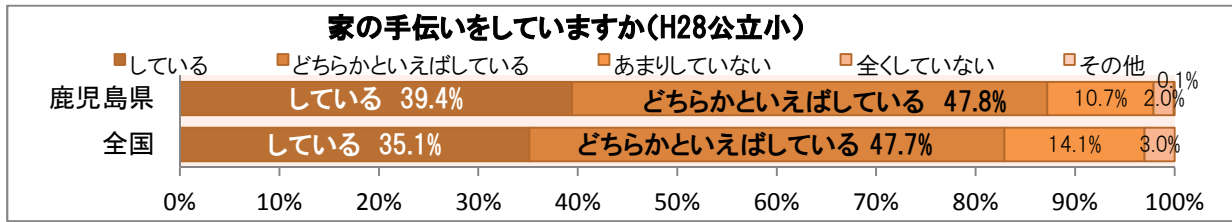
**Eさん** 頻繁に台所に来るのは、特に思春期においては、子どもを理解するチャンス。子どもは何を伝えようとしているのか、何を分かってもらいたいのか、よく観察して見守りたい。

例えば、①単純に好きだからやっているのか、②将来この分野で仕事をしたいと思っていて、自分の腕をさらに磨きたいのか、③自分が得意なことを親に自慢したい、認めてもらいたいのか、④勉強や友達のことなどで悩みを親に話すきっかけをつくらうとしているのか、④勉強がいやで現実逃避、あるいは、ちょっとした気分転換なのかなど、子どもの気持ちに寄り添い、受け止める。

勉強のことについて指摘する場合は、「おいしいご飯を作ってくれてありがとう。とても助かってるよ。でも、勉強する時間が短くなってしまって、やるべきことが終わらなくなったり、雑になったりしていないか心配だな。」など、一旦受容してから、“<sup>わたし</sup> I メッセージ”で伝える。

「これで我が子もお手伝い名人！」補助資料③（ファシリテーター手持ち）

平成 28 年度 全国学力学習状況調査の児童生徒質問紙「家の手伝いをしていますか」において、鹿児島県は「している」と回答した児童生徒の割合が、小学校・中学校ともに全国 1 位であった。



□出典「小中学生のお手伝いに関する調査」(日本生活協同組合連合会 2015.10.6 発表)