

令和3年9月25日（土）、留萌管内PTA 連合会研究大会、留萌管内PTA 母親研修会、小平町PTA 連合会研究大会と共催で、「子どもの望ましい生活習慣・学習習慣定着研修事業」を実施しました。

留萌管内PTA 連合会研究大会としては初めてオンライン会議システム（ZOOM）で開催し、PTA の皆様を中心に、個人端末や各学校会場でご参加いただき、約260名の参加となりました。本事業は、子どもの望ましい生活習慣や学習習慣の定着に向けた取組を促進するとともに、PTA 研究大会の主題である『北の大地に根ざした人間性豊かな子どもを育てよう』の趣旨のもと実施しました。

講演：『あなたはどっち？子どもの「やる気」を奪う口ぐせ、引き出す口ぐせ』

講師：一般社団法人トラストコーチング 八十嶋 聡子氏

◆つい言ってしまう口ぐせで、子どもの主体性を奪っていませんか？◆

「はやくしなさい」「まだ～しているの？」「勝手にしなさい」「私が同じ年の頃は、もっと頑張っていたよ」など、自分が子どもの頃に言われて嫌だった言葉、使っていないでしょうか。八十嶋氏によると、子育てには正解がありませんが、大人は自分の過去の経験から子どもに失敗させたくない、または時間がないといった理由から、先回りして「（大人の）正解」を押しつけてしまうことがあるとのこと。大人のそのような言動により、子どもは「（その人の）正解は何だろう？」と考えるようになり、子ども自身が考える機会や経験を奪っている可能性があるとお話されました。



【一般社団法人トラストコーチング八十嶋氏】

◆子どもの自己肯定感を育むために◆

コーチングでの対話では、例えば目標を達成するためにA、B、Cのルートがあるとすると、「Bが早くていいよ」というアドバイスではなく「A、B、Cそれぞれこんな道だけど、あなたはどれを選ぶ？」という対話を通して自分で決めさせます。八十嶋氏は、コーチングにより子どもに自己選択と自己決定を促すことで、失敗も自分の選択として受け入れられ「折れない心」や「人を思いやる気持ち」が育ち、心の根っことなる「自己肯定感」が育まれるとお話されました。私たち大人がまず取り組むこととして、「みんな」「なんで」「どうせ」「人に」「あんな」に続く言葉を減らすこと。そして大人は無意識にそういった言葉を使ってしまう自分を責めず、意識して徐々に減らすことが大切とお話されました。

◆保護者が自分自身を大切にすることで、子どものチャレンジ精神を育む◆

アンケートによると99%の保護者が子育てに罪悪感をもっていることがわかっています。保護者は、働きながらの子育てなど思うように子どもに接することができず、保護者自身が自分に否定的な言葉をかけている可能性がある指摘されました。八十嶋氏は、保護者は頑張っている自分自身を認めて褒め、自分にかける否定的な言葉を減らすこと、そして、子どもには「そっか」と気持ちを受け止める声かけをすることが、お互いの心が安定につながる。そうして保護者が子どもに「安心感」を与える存在なることで、子どもは主体的に行動できるようになるとお話されました。



情報提供：「望まし生活習慣と学習習慣の定着に向けて」

北海道教育庁留萌教育局教育支援課義務教育指導班・社会教育指導班

◆学習習慣について◆

・全国学力・学習状況調査から学習習慣と学力の相関が見られる。

家族とのふれあいを通して、家庭での学習習慣を身に付けさせましょう！

① ほめる	② 見守る	③ 決める
がんばってきたこと、挑戦しようとしたことを認めて、ほめ、子どものやる気を育てましょう。	子どもが家庭学習の計画を立て、取り組む姿を見守り、応援して、子どもの自主性を育てましょう。	スマートフォンやゲームをする時間の約束を家族と一緒に決め、一日の時間を大切にすることを育てましょう。

◆生活習慣について（調査結果より）

- ・子どもの頃、規則正しい生活を送っていた人ほど自尊感情、人間関係能力、へこたれない力等の大人に必要な資質が高くなる傾向。
- ・興味関心にあわせた読書経験が多い人ほど、小中高を宇治田読書量が多い傾向。



早寝早起き朝ごはんの奨励
読書は1日10分以上をめやすに

◆PTAの活性化に向けて

- ・PTA活動を整理し、コミュニティ・スクールと連動させるなど効果的な運営の検討を。

●参加者からの感想●

- ・子どもに今からでも失敗を含めた経験をたくさんさせて、心の根っこを育てたいと思った。
- ・ティーチングとコーチングのバランス大切さ、教師として大変勉強になりました。
- ・自分の口ぐせを反省する機会となりました。まだ間に合うと信じて、取り組んでいきます。

