

子育てがちょっと楽になる「親を楽しむ命のワーク」

R4.11.18(金)

守口市北部コミュニティセンターで守口市の親学びの会「ホッとスマイル」のみなさんによる「子育てがちょっと楽になる『親を楽しむ命のワーク』」が開かれました。今回は、卵を使った体験型のワークで、親の喜び・命の大切さ・思いやりや助け合いなどについて考えました。

＼ アイスブレイキング ／

参加者の緊張をほぐすためのアイスブレイキングとして、しゃべらずに誕生日順に並ぶ「バースデーチェーン」が行われました。誕生日の同じ人がいたり、実施月の11月生まれがとても多かったりと答え合わせの時間では、みなさん笑顔になっていました。



「卵のワーク」

参加者が安心してしゃべれるように「参加」「尊重」「守秘」「時間」の4つのルールを確認し、自己紹介を行った後、「卵のワーク」が始まりました。

親として子どもを育てる上で大切だと思うことを考えた後、一人一つ卵が配られました。

自分の赤ちゃんに見立てて卵を温め、顔を描き、名前やどんな子どもに育ててほしいかななどをプロフィールシートに記入しました。最初は冷えていた卵が、手のぬくもりで温くなるのに合わせて、卵への思い入れもどんどん強くなっていきました。

そんな中、用事が出来てどうしても他の人に赤ちゃんを預けなければならないという設定で、隣の人に赤ちゃん(卵)を預けて、しばらくその場を離れます。交代で預けたのですが、参加者からは、「預けるときは、大丈夫かな？泣いてないかな？と心配になった。」や「預かっているときは、何かあってはいけないと注意深く見ていた。」「命の大切さを感じることができた。」などの意見が出ていました。



「子育ての悩みや不安についてのグループワーク」

卵のワークが終わった後、付箋を使ったグループワークが行われました。日頃の子育ての悩みや不安を感じていることを付箋に書き、発表した後、その悩みや不安を喜びに変える方法について意見を出し合いました。

家庭によって悩みは様々でしたが、他の人の悩みに共感し、自分たちの経験などを話していました。悩みのもと、子どもをちゃんと育てたいという自分の思いや、つつい他の子と比べてしまうこと等により、できていない部分を気にしてしまうということが多かったように思います。

参加者からの感想の中で、「悩みは親の願いなんだと思った。願いを大切にしながら子育てをしていきたい。見守るという事が全ての悩みの答えになっているなと思った。」という言葉が印象的でした。