

【プログラム5：メッセージ for me ～自立に向けて～】

☆ねらい：自分の今を見つめ、自立に向けた取組を考えるとともに実践していこうとする気持ちを高める。

《プログラムの概要》

キーワードの例	自立
時 間	25分
人 数	何人でもできる
活動形態	グループ
準備物	ワークシート
主な活動	①自分の「社会的自立度」を見つめる。 ②「親ばなれ」とは、どんなことだと思うか、考える。 ③「10年後の君から、今の君へ」宛てたメッセージを考える。 ④考えたことを紹介する。
気を付けること	○「社会的自立度」の振り返りは、自分自身の振り返りであり、全体に発表したりしないことを事前に知らせると、実態にあった振り返りができると思われる。
備 考 (アレンジ等)	○プログラムNo9：20年予想S～どんなことが待っているかな～とあわせて展開することもできる。
ステップ（中高生 期）編との関連	No14：ファミリーアクション Yes or No～あいさつ、手伝いどうしてる～

【プログラム5：メッセージ for me～自立に向けて～】

時間	形態	講座の流れ
1分	全体	<p>1. ねらいを確認する。 【1分】</p> <p>[キーワード] ○自立</p>
22分		<p>2. 自分の「社会的自立度」を見つめる。 【3分】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートの項目について振り返る。 <p>3. 「親ばなれ」とは、どんなことだと思うか、考える。 【8分】</p> <p>※具体的なことを考えるように、進行役は声をかける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・数名と意見交換をしたり、全体で意見を紹介したりする。 <p>4. 「10年後の君から、今の君へ」宛てたメッセージを考える。 【11分】</p> <p>(1) ワークシートにメッセージを考える。</p> <p>※「自立」に向けて、「今の自分が取り組むことを考えよう。」と、進行役は、生徒に伝える。</p> <p>(2) 考えたメッセージを紹介する。</p>
2分	全体	<p>5. まとめ 【2分】</p> <p>今、自分が家族の一員としてやっていることは何だろう。「面倒くさい」「親がやってくれる」「いそがしい」ことを理由として、多くのことを家族にやってもらっている人もいないか。</p> <p>「自立」には、「身辺自立」「社会的自立」「職業自立」がある。数年後の自分自身のために、今、自分にとってどんなことが必要かを考え、続けて取り組んでほしい。</p>

【親になったときに考えてもらいたいこと】

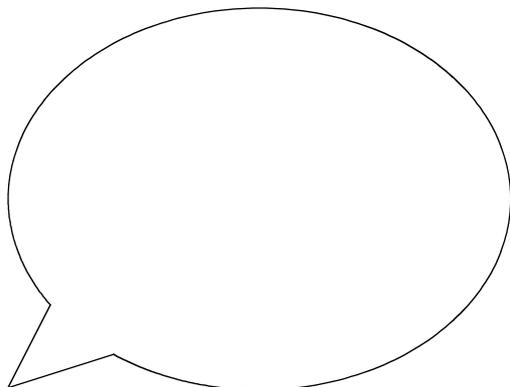
- ・子どもの成長過程に応じて、子どもとのかかわり方も変わってくる。子どもの自立に向けてどうかかわっていくか等、長い見通しを持って考えることが必要だ。子育てにおいて「過保護・過干渉」「放任・自由」とはどのような親子のかかわりをいうのか考えてほしい。

◆「社会的自立度」を振り返ろう。

	項 目	はい	ときどき	いいえ
1	朝から家族にあいさつする			
2	「いただきます」「ごちそうさまでした」を言う			
3	地域の人にあいさつする			
4	相手に聞こえる声であいさつする			
5	毎日決まった家事分担がある (そうじ、洗濯物片づけ、食器洗いなど)			
6	登校や授業開始の時間を守る			
7	提出物等の期限を守る			
8	相手の顔を見て話を聞くことができる			
9	相手の顔を見て話をするすることができる			
10	将来の夢をもっている			

★「親ばなれ」とは、どんなことだと

思う？



♪10年後の君から、今の君へ！

