



ウチは大丈夫？

「子供の話を聞いてあげましょう」とお話しすると、「ウチはちゃんと会話があるから大丈夫」と言う方もたくさんいらっしゃいます。「傾聴」という言葉を耳にしたことはありませんか。今回は、松本文男著『子どものやる気を引き出す「聴き方」のルール』（大和書房）から、傾聴について考えてみたいと思います。

本来、会話とは互いの心を受け止め合い、理解し合うためのものです。とくに子供が能力を伸ばすためには、親と心ゆくまで会話をして充足感を味わうことは必須です。親と良い会話の時間をもたせれば、精神的なエネルギーが満たされ、何事にも積極的に取り組めるような活力がわいてくるからです。つまり、子供に自然と“やる気”が出てくるのです。

では、どうすればそのような会話ができるのでしょうか。そのヒントとなるのが、「傾聴」です。傾聴とは、相手の話に集中して耳を傾ける聴き方のこと。そして相手の話の意図を少しもずらさずに、丸ごとしっかり受け止めることです。

聞く？ 聴く？

耳を働かせる行為には「聞く」と「聴く」の二つの表現があります。前者は耳に自然と入ってくるものを捉える、というものです。聞き流したり、他のことをしながらの「ながら聞き」などもこちらに入ります。対して「聴く」は、もっと対象に集中し、熱心に耳を傾けるという意味が込められます。傾聴の場合、こちらの聴き方が当てはまります。

では、今回は子供が「話を聞いてもらえた」という満足感に満たされる親の聴き方とは？
たとえば、子供との会話でこのようなやりとりをしていることはありませんか？

つい、やっていない？
子どもの話の「つもり聞き」

- ① 親の聞きたい話だけ話させる。
- ② 適当なあいづちで聞き流す。
- ③ 話を親が「乗っ取る」。
- ④ いつの間にかお説教に変わる。

これじゃあ
聞いてもらった
気がしないよ！



①～④のような会話はいずれも、子供の話を聴いているようで聴いていない「つもり聞き」です。このような対応では親は聴いているつもりでも、子供は「聞いてもらった」という満足感は得られません。こうした「つもり聞き」をしているうちに、子供の心は親からどんどん離れていきます。「どうせ何を言ってもちゃんと聴いてはくれない」と思ってしまい、心を閉ざしてしまうこともあります。それが親へのいら立ちや裏返しの憎しみとなると、強く反発として表れることもしばしば見られます。

このような対応では、子供の心のエネルギーを満たせる話の聴き方にはなりません。むしろ子供が親にエネルギーを吸い取られ、無気力な状態になってしまうことが多いのです。

子供が成長とともに話をしなくなった、話の途中で黙り込んでしまう、本当のことを話してくれないようだ、などと感じたことがありましたら、一度自分の聴き方について振り返ってみてはいかがでしょうか。（裏面へつづく）

夏休みにチャレンジを!

子供の話をつい「つもり聞き」している人におすすめなのが、「親子の傾聴」です。これは、親が子どもの話をしっかり受け止め、子供が満足できるような聞き方をする方法です。

子供の話をすべて、しっかり受け止めるには、まずは親の「こうしてほしい」を棚上げにしてみる事です。すると、子供の話をもっとシンプルに、ありのままの状態で心の中に入ってくるでしょう。それを素直に受け止めることが、親子傾聴のファースト・ステップ、最初の心構えです。

そして、言葉をそのまま受け止めたら、その言葉から感じ取れる、子供の気持ち、感情を読み取ることに集中してください。「この子は今、どんな気持ちでこの話をしているんだろう」「どんな感情を分かってほしいのだろう」ということに思いをめぐらせるのです。相手の気持ちをくみ取って同意したり、言葉を返してあげたりというのは、とてもシンプルで基本的な会話の役割です。そのシンプルなやりとりを、子供と交わす会話にも思い出し、ぜひ実践してみてくださいと思います。

「こうしてほしい」という要求を
すべて棚上げして会話する

 「ママ、このゲームすごく面白いの。あのね…」

 「またゲーム? 宿題は終わったの?」

 「…まだだけど…」 NG

 「ママ、このゲームすごく面白いの。」

 「え、そうなの? 見せて見せて!」

 「あのねえ、これがこんなふうだね…」

 「うわ、面白いねえ!」 OK

 「うん、そうなんだ! それでね、あのね!」

教育相談係
担当 高田・河原井

お知らせ

お子さんの様子で、気になることや話してみたいことはありませんか。スクールカウンセラーの他に、下野市学校教育サポートセンターのスタッフが専門的な知識と豊富な経験で、悩みや困っていることの相談を行っています。お気軽にご相談ください。

スクールカウンセラー小野先生

来校予定日

9月27日(月) 13:30~17:30
11月 2日(火) 9:00~12:45
11月30日(火) 9:00~17:30
R4年
2月1日(火) 9:00~17:30

下野市学校教育サポートセンター

受付時間

午前9時~午後4時(月・火・水・金)
午前9時~午後5時30分(木)
※土・日、祝祭日、お盆期間、年末年始はお休み
お問合せ
教育相談 ☎0285-52-1140

きりとり

スクールカウンセラー相談 希望書

7月30日(金) 締め切り
※個人面談時

9月7日(火)の相談を希望します。

(※必ず第3希望まで希望順位をご記入いただきますようお願いいたします。)

9:20	10:40	11:40

年 組 児童名 _____

保護者氏名 _____