

心のケアが大切です～子供の話を聴くときのポイント～

長期の休校から学校が再開し、子供たちの生活リズムもかわり、様々な不安や体調の変化等を感じて生活している子もいるかと思えます。

子供の心のケアのためには「話を聴く」ことも重要な要素の一つと言えるのではないのでしょうか。

そこで、今回は、「話を聴くときのポイント」をご紹介します。

総合教育研究所

話を聴くときのポイント

- ◇子供の話はじっくり、ゆっくり聴くとよいでしょう。
- ◇途中で話を止めたり、批判をしたりすることなく、聴くことを心がけるとよいでしょう。
- ◇視線を合わせて聴くとよいでしょう。

具体的な方法をいくつかご紹介します。(参考)

受容

◇子供の話に応答しながら、しっかり聴きいていることが子供に伝わるようにします。

例)「ふんふん」「へえー」「ああ、そう」「なるほど、そうなの」

繰り返し

◇子供が強く訴えたいと考えている言葉を選んで、子供の言葉を返していきます。(明快に、短く、要点をつかんで、相手の言った言葉で)

例)「～ということなんだね」「～と思うんだね」「あなたの気持ちは～なのね」

わたしメッセージ

◇わたしメッセージは、主語を「わたし」にします。「わたし」を主語にして自分の想いを伝えます。

例)「(わたしは)～がいいと思うよ。」「わたしなら～するよ。」

子供が、「話を聴いてもらえた」「自分に関心をもってもらえた」と感じることで、安心感をもって話をするができるようになると思います。

「わたしはあなたに関心をもっている」ということが、子供に伝わるのが大切です。