

第3章 話を上手に聴く

＜普段、子どもの何を聴いていますか＞

親は普段から、子どもに対し意識的であれ、無意識的であれメッセージを送り続けています。その内容は、評価、注意、叱責、批判、説教、命令、励まし、忠告といった反受容的なメッセージであることが多いものです。

親は理想の子どもからの差引きで現実の子どもを見ることが多く、そのため理想と現実の差が目立てば目立つほど、何とかしてやりたいと考え、ありのままの子どもを受け入れず、自分の価値観に沿ったメッセージを伝えていきます。

ある15歳の男子が言いました。「親は僕のことを『バカなことばかり考へて、バカみたいなことばっかりして』と言うから、僕もこのままそういうことばっかりしてやろうかと思うんです」

このように親が良かれと思って言うことは、反受容的で、かえって反発を招き、結果として、親が普段口癖のように言っている通りの子どもになったりします。暗示を与えているようなものです。

では、ここで問題です。あなたの子どもが夕食のときに以下のように言ってきました。どのように答えますか？

「高校は、やっぱりいかない。勉強は面白くないし。友達もできないし。どんだけの意味があるんかな～って思うんやけど」

あなたの答えは以下のなかにありますか？

- 1 そんな事を言っていると後悔するよ
- 2 高校ぐらい出ておかないと、将来困るよ
- 3 そんな大事なこと簡単に決めないほうがいい
- 4 馬鹿な事を言う前に勉強しなさい
- 5 学校の成績が悪いからそう思うんでしょ
- 6 明日になれば考え方も変わるんじゃないの
- 7 心配ないよ。お前だったら大丈夫だよ
- 8 どうしてそう思うのかな



- 9 ヘーえ、もっと聴かせてよ
- 10 それで、今はどんな気持ちなの？

1と2は忠告、3は指示、4は命令、5から7は勝手な解釈、8から10は質問といった形になっています。どのような応じ方が、建設的なのでしょうか。

<子どもの話を聴きましょう>

思春期になると、それまでよりも一般に口数が減ってきます。特に男子は極端に話さなくなる子がいます。口は一つ、耳は二つあります。話す量の2倍聴くようにしましょう。

では、聴き方の練習をしましょう。上手に聴く方法です。

- 1 相手を見て
- 2 うなずいたり、相づちを打ちながら
- 3 開いた質問
- 4 気持ちや考えを推測する

3の開いた質問とは、「はい」「いいえ」で答えられないような質問です。いわゆる5W1H (what/where/why/when/who/how) 何、どこ、なぜ、いつ、だれが、どのように、の質問です。たとえば、「昨日夕食食べた？」と聞くと「はい」か「いいえ」で答えられますが、「昨日の夕食は何を食べた？」と聞くと、食べた内容を聞いていますので「はい」「いいえ」では答えられません。もっとも、発達障がいなどがあり口数が極めて少ない子にとっては、開いた質問に答えることがかなり負担になる場合もありますので、注意が必要です。

ではまず、聴く態度によって話し手はどんな感じを受けるか体験しましょう。

練習

○ 上手ではない聴き方

子どもに「これからお母さんが話をするから、うなずかず、視線も合わせず、聞いていて」と頼んでみましょう。1分間ほど、どんな話題でもいいですから話しかけてみましょう。（こういう頼み事に応じてくれたら、このテキストで学ぶ必要はないという意見が聞こえてきそうですが、無理なら夫婦か友人同士でやってみてください）

○ 上手な聴き方

子どもに「同じように話をするから、うなずいたり、相づちをうつたりして聞いていて」と頼みます。同じく1分間ほど、話しかけます。

話し手として、どちらが話しやすいか感じてください。可能であれば、親と子と役割を交代してみてください。

4の気持ちや考えを推測するというのは、相手のことを理解しようと思わないと難しいですが、練習をしましょう。

練習

「3つの推測」

子どもに自分が体験したことのある文章を作ってもらいます。例えば、「今日、新しいゲームを買った」という文章を作りました。それを言ってもらい、それを聞いたお母さんは、子どもの考え方や気持ちを3つ言い当てます。少しでも当たっておれば、「ピンポーン」はずれていれば「ブー」と子どもは言います。例えば、「今すぐゲームを始めたい！」「お母さんがまた、うるさく言うかな？」「また、買っちゃった」などです。気持ちに焦点をあてて、推測の練習をしてみましょう。（もちろん、子ども相手にできたらいいのですが、それは無理という場合、夫婦あるいは友人同士で試してみましょう）

今度はロールプレイを通じて、上手な聴き方の練習をしましょう。（親子で試してもらえば、いいのですが、それが無理なら、夫婦あるいは友人同士で試してみましょう）

ロールプレイ 1

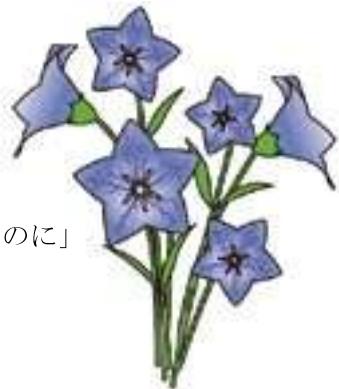
A子「もう、学校なんか行きたくない」

親 「どうしたの？」

A子「勉強、難しいし、なんか面白くないし」

親 「そんなこと言ったって、みんなやってるのに」

A子「・・・・・」



ロールプレイ 2

A子「もう、学校なんか行きたくない」

親 「どうしたの？」

A子「勉強、難しいし、なんか面白くないし」

親 「そんなこと言ったって、みんなやってるのに」

A子「すぐ、そうやって人と比較するんだから！」

親 「だって、みんな当たり前のことをしているだけじゃない」

A子「でも、わたしはできないのよ！」

親 「努力が足りないのよ！」

ロールプレイ 3

A子「もう、学校なんか行きたくない」

親 「どうしたの？」

A子「勉強、難しいし、なんか面白くないし」

親 「そうかあ。面白くないって、たとえば？」

A子「数学とか英語とか、もうわかんない」

親 「そうかあ。ひょっとして難しすぎて、やる気が出ないってこと？」

A子「そうそう。もうダメって感じ」

親 「あきらめも入ってきたわけか」

A子「そう」

親 「少しでも失敗したら、もうダメって感じるところはないかな」

A子「ある、ある」

親 「そうかあ。じゃ勉強が少しでも難しくなると、自分はもうダメってことになるね」

A子「そう、もう絶望的よ」

親 「じゃ、どうしたらいいのかな」

A子「わかんない」

親 「何とかしたい気持ちはあるのかな」

A子「少しほ

このあと、どう言いますか？



ここで注意してほしいことがあります。上手に聴くというのは、親の思い通りの方向に子どもを進ませることではありません。ロールプレイの例で考えてみましょう。

A子「もう、学校なんか行きたくない」

親 「どうしたの？」

A子「勉強、難しいし、なんか面白くないし」

親 「そうかあ。面白くないって、たとえば？」

A子「数学とか英語とか、もうわかんない」

親 「確かにね。ひょっとして難しすぎて、やる気が出ないってこと？」

A子「そうそう。もうダメって感じ」

親 「そう簡単にあきらめずに、もうちょっと努力してみたら」

A子「・・・・うん」

A子さんは、一応、親の期待通りに、「うん」と返事をしました。しかし、このあとA子さんが学校へ行くのかどうかはわかりません。最終判断はA子さん自身の意志です。思春期の子どもと接するとき、親としてできることは、A子さんの気持ちを理解することが先で、その結果として、た

またま親の期待通りになつたらラッキーというぐらいに考えておくほう
がいいでしょう。子どもには子どもの人生があるということを親は眞の意
味で受け入れなくてはなりません。



第3章 宿題 子どもの話を聴きましょう。具体的に書きましょう。

| 月日 | 子どもの言動 | 親の反応 | 親の反応に対する子どもの反応 |
|----|--------|------|----------------|
| | | | |