



【前回のご報告】

9/17（土）に開催♪
リアル参加に加えて初めての zoom 参加ができました！
初めて出会ったお母さん同士、思い思いにおしゃべりして、時間がたつのがあっという間でした♪

【次回のご案内】

11/19（土）10:00～11:30 玉泉苑にて
* 4～5名程のアットホームなおしゃべり会♪
* 学校に行きにくいお子さんの事、勉強のこと、別室登校やフリースクール、高校のこと…などなんでも情報交換できます♪

我が子にこそ傾聴を！



「子どもの口数が減っている」

「どうしたの、と尋ねても答えてくれない」

～子ども・パートナーの心をひらく「聴く力」 原 由加（著）/秀和システムより 抜粋

傾聴とはカウンセリングの技法の一つで、「相手の中に答えがあることを信じて、関心を持って肯定的に相手の話を聴く」コミュニケーション方法です。

「肯定的に相手の話を聴く」とは、たとえば、うそっぽい話でも、大げさな話でも、納得できない話であったとしても、一度は受け入れ、決して正しいかどうかジャッジ（審判）をしないということです。

聴き手は自分の経験や価値観をすっかり後ろに置いて聴きましょう。傾聴の基本は「アドバイスをしないこと」「ジャッジをしないこと」です。

「何を話しても、否定されたり、意見を押し付けられたり、説教されたりしない」ことで子どもは安心して心を開いてくれるのです。

家庭において傾聴しようとするとき

- ① 感情が入りやすく、アドバイスやジャッジをしてしまいがちなので注意しましょう。
- ② 短い時間の傾聴も効果あり！「何か飲む？」「散歩でもいく？」などと5分や10分でも、しっかり向き合しましょう。
- ③ 相手が我が子であっても「聴かせてね」という相手を尊重する姿勢で寄り添いましょう。

「はるにれ」へのお問い合わせはこちらどうぞ→

気になる子どものための親育ちの会「はるにれ」代表 巽 敦予

