けやきのように・・・63

長尾小学校・「家庭教育」だより　（令和元年１１月１４日）

「子どもの話を聞く」習慣

ネットにも、素敵な情報が溢れています。今回は、「こどもまなび☆ラボ」というサイトで見付けた情報です。「東大生の親の９割が実践している『子どもの話を聞く』習慣、あなたは本当にできていますか？」との問いかけがありました。

子どもの心が安定し、学習意欲が高まる

大人でも、自分の話をしっかり聞いてもらえると、認めてもらえた、受け止めてもらえたと感じられて嬉しくなります。それは、子どもも同じです。親と心ゆくまで会話を楽しんだ子どもは、精神的に満たされ、自然とやる気が湧いてくるのだそうです。そのため、自主的に学習するようにもなります。つまり、親に話を聞いてもらい、心が安定している子どもは、家族のコミュニケーションがしっかりと取れており、必然的に学力向上が期待できるということです。

ながらスマホで子どもの芽を摘む気の毒な親

一方で、「いつも子どもの話を聞いているつもりだけど、何の効果も得られない」という方もいるのでは。そうであれば、「話を聞いているつもり」になっているだけかもしれません。「しっかり話を聞いている」と「話を聞いているつもり」は、似ているようで全く違うのです。たとえば、子どもが話しかけてきた時、きちんと子どもの方に体を向け、子どもの目を見て話を聞いているでしょうか。スマートフォンを触りながら、あるいはテレビを見ながら適当に相槌を打ったり生返事をしたりしていませんか。あるいは、話の途中で口を出したり、自分の聞きたい話題にシフトチェンジしたりしていませんか。

親が「話を聞いているつもり」になっているだけでは、子どもは「しっかり話を聞いてもらった」という満足感は得られません。そればかりか、「どうせちゃんと聞いてくれない」と、子どもが心を閉ざしたり、無気力になったりしてしまう恐れもあります。近年、親がスマートフォンを見ながら子どもの話を聞いていることについて、深刻な問題となっています。ある調査では５人に１人が、「親が自分よりスマートフォンを大事にしていると感じる」と答えたそうです。子どもは、親の些細な行動から、親が自分を大事にしてくれているかどうかを敏感に感じ取っているのです。未来ある子どもの芽を摘んでいる気の毒な親になっていませんか？

親が心がけるべき、話の聞き方のコツ

「あいうえお」で反応する

あい…アイコンタクト＆相槌　う…うなずき　え…笑顔　お…おうむ返し＆オーバーリアクション

子どもの話を聞く時は、子どもの目を見て（＝アイコンタクト）、「そうなんだ」「へえ！」などの合いの手を打ったり（＝相槌）、首を縦に振って理解や承諾を示したり（＝うなずき）します。大切なのは、基本的に明るい表情（＝笑顔）で話を聞き、子どもをリラックスさせます。また、子どもが「～だから、悲しかった」と言ったら、「そっか、それは悲しかったね」と同じ言葉を返したり（＝おうむ返し）、「えー！母さんまで悲しくなっちゃう」と感情を大げさに表現したり（＝オーバーリアクション）して、きちんと話を聞いていることが子どもに伝わりやすいような反応をすることも大切です。

「それで？」「どうしてだと思う？」で返す

テレビでおなじみの林修さんが祖父母に話をすると、祖父母は話が途切れたところで「どれで？」と続きを促したそうです。また、会話の途中で林さんが祖父母に「何で？」と質問すると、祖父母はすぐに答えなかったと言います。逆に、「何でだと思う？」と質問で返して、林さん自身に答えを考えさせたそうです。このように、自分の話に対して質問されたり、一緒に考えたりしてもらえると、相手が自分の話に興味を持ってくれていると感じ、もっと話したくなるはずです。子どもに「もっと話したい！」と思わせることができたら、話の聞き手として満点と言えるのではないでしょうか。

親が言いたいことは、後回し

「学校が嫌だ」と子どもが言ったら、「嫌でも行かなきゃダメでしょう」と返す。つい否定や反論をしたくなりますが、それでは逆効果です。子どもは「どうせ言っても無駄だ」と、話をしてくれなくなります。子どもの話をしっかりと聞けば、「なぜ学校が嫌なのか」という問題点が自然と明らかになります。また、共感がないまま一方的にアドバイスをされても受け入れる気にはならないでしょう。助言やアドバイスをするにしても、共感することが大切です。

忙しい中でもちょっと手を休め、子どもの話をしっかり聞いてあげてみてください。大きな教育効果が得られるだけでなく、親子の大切なコミュニケーションの時間になるはずです。また、子どもは親の鏡です。親がしっかり話を聞く姿勢を見せれば、子どもも話を聞くことの大切さに気付きます。親子で会話を楽しみながら、共に最高の「聞き上手」を目指してみください。

「こどもまなび☆ラボ」（https://kodomo-manabi-labo.net/）より引用