

子どもとのコミュニケーション ~ 9月10日(土)健全育成をすすめる会 ~

信州大学教育学部教授 上村恵津子先生のご講演の概要を紹介します。

はじめに演習「みんなで話そう」を行いました。

「うちの子どもは自慢できます。それは〇〇だからです」といった台詞で、4人グループで話し合い、子どものよさを再認識したり、子どもと話し合うことの難しさを共有したりすることができました。



子どもはなぜ反抗するのか？

言語的な意味理解と納得：言われたことがわかるためには、まず、ことばの意味がわかるかという言語的な意味理解が必要です。それは、だれにでもできることです。しかし、納得できるかというと、そう簡単にはいきません。自分としてもその通りだと思えば、言われた通りに動き出しますし、そうでなければ、なかなか動くことはできないものです。

子どもはいつから反抗するように（納得しなく）なったのか？

第一次反抗期：3歳ころになると「自分でやりたい」気持ちが生まれてきます。自分の心の動きを表す動詞（知ってる・考える・信じる）を使って話すことが増え、親にやってもらうことを嫌うようになっていきます。

第二次反抗期：思春期は、アイデンティティーを確立し始めようとする時期です。自分自身の価値観を確立する大切な時期。今まで教えられて蓄積してきたものを壊し、自分なりに再構築するようになります。したがって、自分にとってどうかを吟味します。自分なりの判断が入り、大人にとっては、自分の言うことをきかなくなったように感じるのです。

これらの時期の共通点は

自我の発達：自我の発達がめざましい時期には、自我の芽生えにより、親の言葉に納得できなくなるのです。大人になって、自分で判断できるようになるためには、こうした自我をしっかりと確立させる時期が必要になります。

不安定な状態像：こうした時期には、「自分でやりたい」「自立したい」という気持ちと実力のアンバランスさが生じます。言うことは言っても、思うようにはいかない厳しさがあり、自信をなくし、家に戻ってきます。自信を

もっているときは、親に離れていてほしい。うまくいかないときは、甘えて、エネルギーを蓄えたい。この離れたり近づいたりとの距離感の違いは、親を混乱させますが、気持ちをわかってあげることが何よりも大切です。

こんな子どもたちと話すには？

話す目的を明確に：スクールカウンセラーの立場では、子どもと話す目的は「自己の確立」を支援すること。主体的な問題解決となるよう支援します。

- ①自分の内的状態を明確につかむ(感情・生理・欲求等)→気持ちを整理する。
- ②相手に伝える→悩み等をそのままにせず、伝える方法を考える。

相談を受けている方が解決してあげるのではなく、主体的に自分が判断していられるようにします。子どもは、手取り足取りでアドバイスしなくても、考えを整理してあげれば、自分で解決していくことができるのです。



カタルシス効果：感情を言葉にして表現すると、その苦痛が和らぐこと

話しやすい雰囲気作り：子どもや家庭の実態に応じた雰囲気作りがあると思います。家で子どもの話を聴くことは、カウンセラーと同じではありません。子どもと話す目的は、家庭の日常会話で、ストレスを解消し、話すことで気持ちを整理してあげることです。子どもは、話を聴いてもらいすっきりすれば、

「明日もがんばるかな…」と思います。これをカタルシス効果といいます。

留意点は、話すときは目的を明確にすることです。そして、聴くときはよく聴くことです。聴いているよと、安心感を与えましょう。また、聴いた言葉を繰り返してあげることで、自分をふり返る機会とします(下枠内参照)。

まとめ

「話し合う」とは?：勝負を決することではありません。どちらが正しいかではなく、お互いの違いを分かり合うことです。違う価値観の者通しが、最後まで投げ出さずに折り合いをつけようとする中で、信頼感を構築していくことが話し合いです。言葉を尽くせば、何とか乗り越えられることがあります。コミュニケーションをとることは、楽しいことばかりではありません。子どもの暗い感情に付き合うことは、大変なのです。

子どもの援助資源の活用：子どもをサポートできるのは、自分だけではありません。身近にも、たくさん力になってくれる人がいるはずですよ。

「聴いているよ」メッセージ

- ①**受容** (うなずき・あいづち)
- ②**支持** (わかる、わかる・
そりゃそうだよね)
- ③**繰り返し** (キーワードの
繰り返し)