

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第122回 「子どもの心を聴いていますか」

こころの相談員 小林 節子

カウンセリングの基本的な手法に『傾聴』というものがあります。相手のこころを受容し、話を単に「聞く」のではなく、そのこころを「聴く」ということです。「聴く」という漢字もまさに「十四の心に耳を傾ける」という意味がありますね。この「聴く」ということがなかなか難しいものです。人は相手の話を聞きながら、自分の話がしたくなって相手の話を中断したり、最後まで聞いたとしても、すかさず自分の価値観を押し付ける話をしてしまったりしがちです。話をする相手ではなく、話を聞く自分のほうに軸を置いてしまうのです。

そういう相手に自分の話をしたいのでしょうか。まして、子どもは自分の気持ちを上手に話せなかったり、親の反応を見て正直に話すのをやめたり、「どうせわかってもらえない」とあきらめてしまうことがあります。また、親は子どもの「否定的な気持ち」を認めたくないという防衛心のようなものが働きがちです。ですから子どもに「幼稚園が楽しくない」「学校にいきたくない」「友だちとうまくいってない」などといわれると、子どもがどうしてそんなことを言うのか原因を突き止めようとあせったり、こどもの話を聴けなくなってしまうことがあります。

まずは『子どもの心に耳を傾ける、あせて自分の判断を押しつけない、どうしたいのか子どもに決めさせる、疲れたり傷ついたりしている子どもの心をゆっくり回復させてやる』ということが大切なのではないでしょうか。

大人も子どもも自分の話を誰かにじっくり聴いてもらいたいものです。話しをしっかりと聴いてもらうだけで心が軽くなることも多いのです。

※小林相談員は、あさひ園・育児相談で相談を行っています。

1月活動報告

1月12日(火) マタニティ教室①

教室内容：妊娠中のトラブル、栄養に関するお話、
妊婦体操、ママ友作り

対象：妊娠12週～27週の妊婦

(対象週数以外の方も参加可能)



マタニティ教室②(パママ教室)のご案内

3月19日(土) 10:00～

お子様も一緒に参加していただけます。

ぜひご参加ください！

問い合わせ・申し込み先：子育て健康課 TEL 377-5652