

## 子育てひとくちメモ9、「勇気づけの方法」

耳は二つで口は一つ。言う二倍聞きましょう。子どもの言い分を聞く前に、自分の言いたいことを言っていないか？もし子どもがそれを受け入れたとしても、子どもには自力で考え、自力で問題を解決する力が育ちません。「親は仲間だ」とは思うかもしれませんが、「自分は能力がある」とは思えないです。もし受け入れなければ、反抗したり口先だけ従って行動に移さなかったりします。つまり「親は仲間だ」とも感じなくなって、親子関係が悪化します。

次のように「問いかけ」を試みることをおすすめします。

「どんなことがあったの？」（事実関係）、

「あなたはどう考えたの？」（思考）、

「あなたはどう感じたの？」（感情）、

「あなたはどうしたかったの？」（意図）、

「そうするとどうなると思う？」（結末の予測）、

「これからどうなればいいのかと思う？どうすればいいのかと思う？」（目標と手段）。

これらは、「はい」や「いいえ」で答えられない質問＝「開いた質問」です。反対に、「はい」や「いいえ」で答える質問を「閉じた質問」と言います。

開いた質問をすることで、子どもが自力で考え、自力で解決することを援助できます。

閉じた質問は、命令しないで「お願い」するときや、親が考えたことが正しいかどうかを確かめるために使います。例えば、「手伝ってよ」と言う代わりに「手伝ってくれない？」とか、「それってこういうこと？」とかいうふうに言います。

親が答えを教えるよりも、子どもが自分で答えを見つけだすほうが、はるかに勇気づけとなります。いつも、言う二倍聞きましょう。

（津山工業高校スクールカウンセラー：大森 浩）