

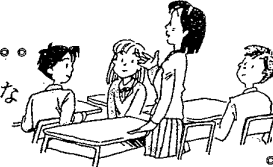
Q 8

保護者と上手にコミュニケーションをとるには、どうしたらいいですか。

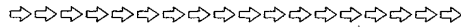
A カウンセリングの技法を活用したコミュニケーションを活用しましょう。

基本的態度・姿勢

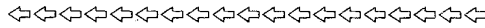
- お互いが話し手に対して共感的態度で接し、観察上手（違和感を与えない）、聞き上手（聞き上手は話させ上手）になるように努めます。
- 傾聴を中心としたカウンセリングの基本的な技法を身に付けることが早道です。
- コミュニケーションとは、下に示すとおり、「言語的要素・非言語的要素（記号）を媒体としてお互いを結びつけること」といわれ、言葉（言い方、声の大小、声の高低、速さなど）と身振り、手振り、表情、視線、姿勢、呼吸の速さなどで、お互いの思いを伝え合うことです。



言葉、表情、視線、身振りなど



言語的、非言語的記号

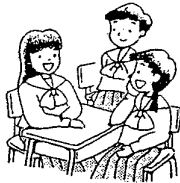


言葉、表情、視線、身振りなど

相談者の思い
や考えをイ
メージして

相談者 自分の思い

教師




教師

基本的技法

保護者

<p>自己肯定感、自己一致</p> <p>《言語的・非言語的コミュニケーションを通して》</p> <p>こんにちは、担任のBです。</p> <p>お母さん、お話になりたいことがおありでしょう。何でもどうぞ…。</p> <p>うん、うん、えーえー、ああー。</p> <p>眠れない・・・。</p> <p>子供のことを考えると眠れないのですね。一晩中起きておられたのですね。</p>	<p>①自己洞察</p> <p>②自己受容</p> <p>③自己理解</p> <p>かわり行動</p> <p>自己開示</p> <p>自己表現</p> <p>受容</p> <p>傾聴</p> <p>繰り返し</p> <p>感情の明確化</p> <p>感情の明瞭化</p>	<p>自己肯定感、自己一致</p> <p>《言語的・非言語的コミュニケーションを通して》</p> <p>こんにちは、Aの母親です。今日はよろしくお願いします。</p> <p>あの一。あら一。はい…。</p> <p>実は、う……ん。</p> <p>子供のことを考えると、夜も眠れないのです。</p>
---	---	--

教 師	基本的技法等	保 護 者
<p>一人で考えることがとてもつらく不安なんです。</p> <p>今、話をされたことについて、もう少し話してみませんか。</p> <p>そのとき、あなたは、どんな気持ちになりましたか。</p> <p>今、話していて、どんな気持ちですか。これから、どうなれたらいいですか。</p> <p>A君のことについて話をされて気持ちがだいぶ楽になられたそうですね。これから先のことについて考えていきたいということですね。</p> <p>一緒に考えていきましょう。</p>	<p>感情の反射 感情の反映</p> <p>非指示的リード 開かれた質問</p> <p>要的</p>	 <p>結局は、一人で考えるしかないのでしょうか。</p> <p>どうしようもないのでしょうか。</p> <p>今、話をされていて、とても楽な気持ちになりました。聞いてもらえてスーッとしました。</p> <p>これからも聞いていただけたら、うれしいです。</p> <p>これから先もよろしくお願ひします。</p>

◎ 開かれた質問と閉ざされた質問について確認してみましょう。

- 開かれた質問・・・はい、いいえなどで答えられない質問、気持ちや思いなどについて聞きたいときに用いる質問
- (1)結果の質問・・・過去のマイナスから、未来や現在のプラスに移す聞き方
「もし、子供さんが学校に行くようになったら、どういうところが今と変わってくると思いますか。どんな変化が、家庭に表れると思いますか。」など
 - (2)関係性の質問・・・関係ある人には、どのような変化が起こるかを尋ねる聞き方
「子供さんに変化が起きて、解決に向かって進んでいくと、あなたは、今とどのように変わってくると思いますか。」など
 - (3)例外の質問・・・過去のプラスの部分を探る聞き方
「ずっと苦しんでこられたことがよく分かりました。こうした苦しみが少しでも軽くなったときは、どのようなときでしたか。」など
 - (4)対処の質問・・・最悪ではないということを強調し、対処してきた方法を聞く聞き方
「そのような大変な問題を抱えていて、どのような方法で、ここまで耐えてこられたのですか。どうして、そうできたのですか。」など
- 閉ざされた質問・・・はい、いいえなどで答えられる質問、事実確認などに用いる質問