

# 傾聴の大切さ と その方法

PRESENTED BY

こども発達凸凹なび

傾聴とは

耳を傾けて

相手の話を熱心に聞くこと

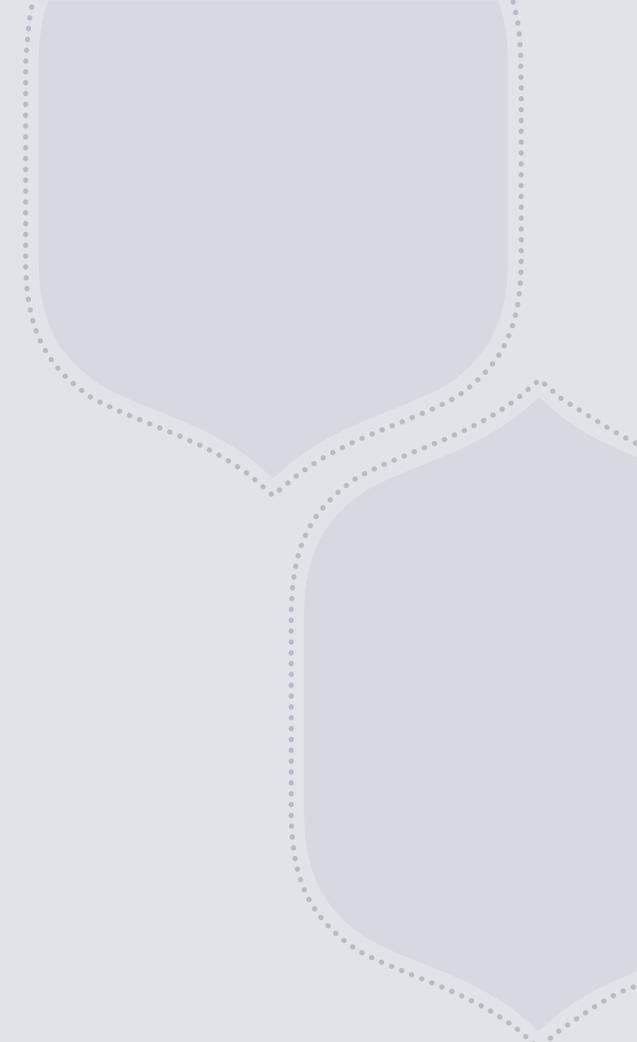
どうすれば熱心に聞いていることが相手に伝わるか？

1. 否定しない
2. 共感する
3. 理解しようとする

相手の話を要約して言語化してあげる（オウム返し）

# 傾聴による効果

相手との信頼関係が築ける



# 信頼関係が築けないと？

どうせまともに聞いてくれない

今の自分には難しいアドバイスしかくれない

アドバイスを押し付けられる

自分を否定された気分になる

聞いてほしかっただけ

わかってほしかっただけ

二度とこの人には  
話さない

## 信頼関係が築けると…

困った時は  
親に相談しよう

この人の話なら  
素直に聞いて  
みよう

話をすることー聴いてもらうこと

悩みやもやもやした気持ちを

言語化すること（してもらうこと）は大事！

- ・ 気持ちが楽になる
  - ・ 解決のヒントや答えがみつきりやすくなる
- ⇒ 自分で見つけたヒントや答えで解決に近づければ  
必ずその子の**自信**にも**生きる力**にもなる

例：

「お宅のS君がお友だちのA君を突き飛ばしてケガをさせてしまいました。

幸い大事には至りませんでした。A君は机の角に頭を打ちこぶができました。」

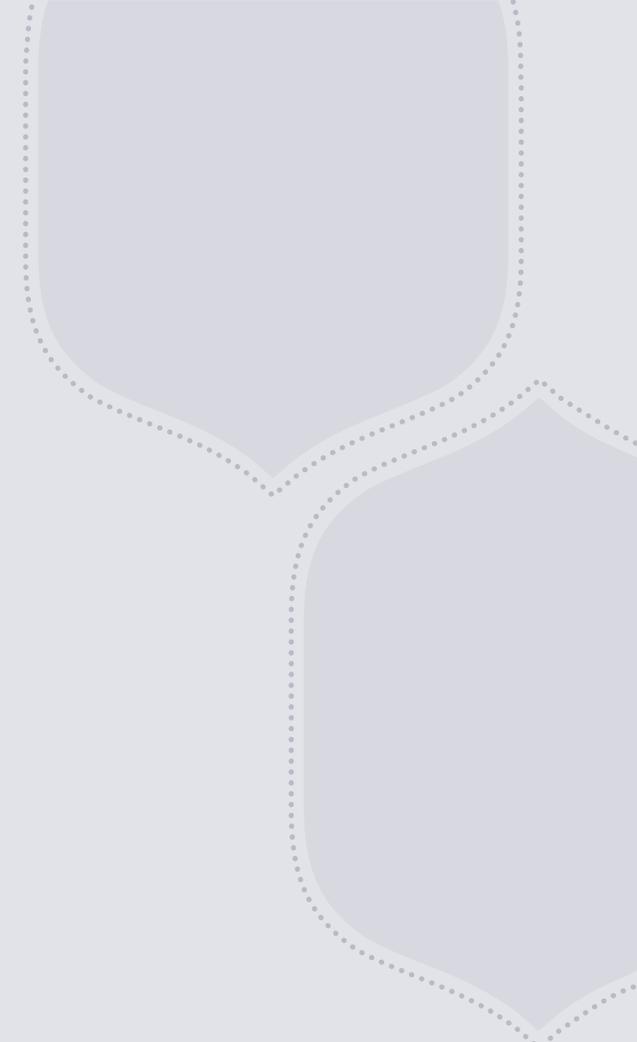
という電話連絡が担任の先生からありました。

このようなトラブルは毎週のように起こります。

あなたはどのようにお子さんに話をしますか？

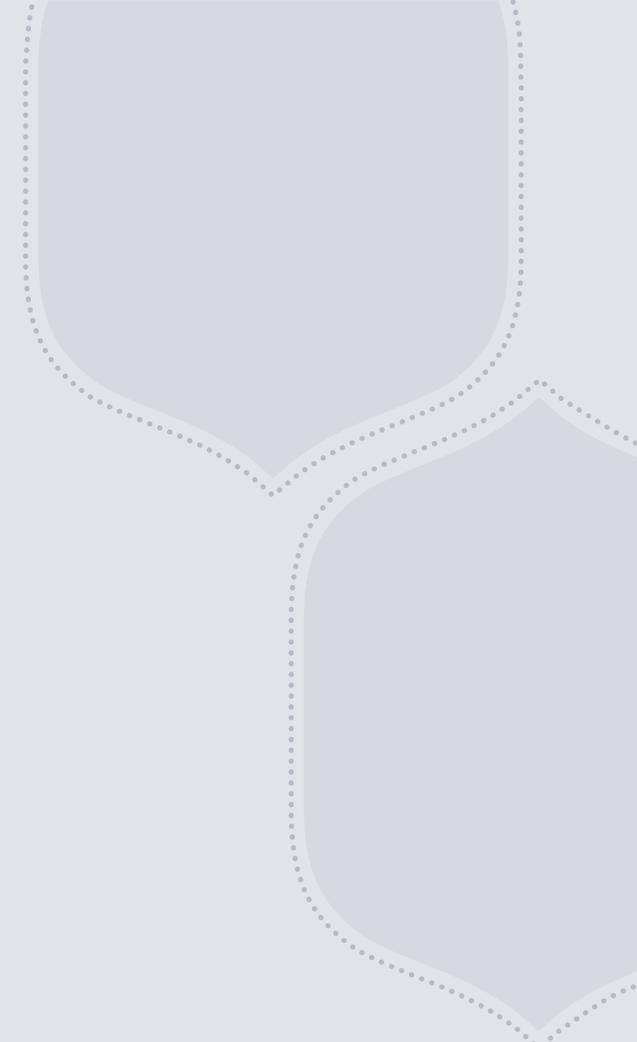
# NGパターン 1

一方的に責める



## NGパターン 2

でもね & 意見の押し付け



# 傾聴パターン

- ・良かったらその時の話を詳しく聞かせて
- ・事実確認
- ・否定しない
- ・話の要約
- ・気持ちの確認とその言語化
- ・共感
- ・理解

× 甘やかす

◎ 理解する  
(尊重する)