

傾聴（けいちょう）のスキル

皆様は「傾聴」という言葉を聞いた事がありますか？

傾聴をインターネットで見ると「（耳を傾けて）熱心にきく事」と出てきます。

お子さまとの話の中で、または、ご家族との話の中で、傾聴する事が出来ていますか？

忙しくて、そんな時間がない！ゆっくりと話を聴く事がめんどくさい！と言われる方もいらっしゃると思います。

お忙しい皆様のお気持ちもよくわかりますが、反対の立場だったら悲しいですよね・・・。

人は、思いがあるから話をしたくなりますし、お子さまやご家族の方はあなたに聞いてほしいのです。

話をする中で、人の気持ちや物事の良し悪しを知り、お子さまは、言語発達をしていきます。一つひとつの会話がとても大切な事です。

相手の気持ちを大切にす傾聴のスキルをご紹介します。

- ① うなづく
- ② 相づちを打つ
- ③ 反復する

「うんうん」とうなづき、「そうだよね」と相づちを打ち、「〇〇という事があったんだね」とこのスキルを使う事で、真剣に話を聴いてもらっている！とわかると親子関係や信頼関係がグッと近く強くなります。

ぜひぜひ、スキルを活用して豊かなコミュニケーションをとりましょう。