

令和4年度 家庭教育オピニオンリーダー研修④ 実施報告

実施日：令和4年9月28日（水）

家庭教育支援の活動に携わると、子育ての悩みについて相談を受けるなど、保護者と接する機会が増えます。今回の研修ではそんな場面を想定し、講話と演習をとおして、カウンセリングマインドを生かした相談の在り方や、カウンセリングの基礎について学びました。

○ 講話「カウンセリングマインドと相互理解について」

栃木県総合教育センター教育相談部 仁藤 裕子 指導主事



講話では、初めに子どもの発達段階に関する説明がありました。子どもが迎える各発達段階の特徴と、各年代において獲得したり、乗り越えたりしていく必要のある発達課題について確認しました。

続いて、『カウンセリングマインド』や、それを生かした話のきき方について詳しい説明がありました。ここではまず、『きき手と話し手の間に温かい信頼に満ちた人間関係をつくらうとする姿勢・態度・心構え』をカウンセリングマインドと呼ぶことが示されました。またその具体的な要素として、相手を受け入れていること、理解しようとしていること、誠実さをもって聞こうとしていること、の3つが示されました。その後、「思い込み」や「臆測」、「アドバイス」といったものは、相手の話をきく時に邪魔になることや、カウンセリングの目的は、話し手自身が解決策を導き出せるように促すことであるとの説明もあり、受講者は自身の経験を振り返りながら学びを深めました。

○ 演習「カウンセリングマインドと相互理解について」

栃木県総合教育センター教育相談部 澁谷 景子 指導主事



演習は、講話で示された「話をきくときに必要な態度」の実践を目的として、受講者同士がペアを組んで行われました。大きく3つの演習が行われ、これらをとおして

- ①きき手も話し手も、自分の関心・視点で話したりきいたりしていること
 - ②相手をわかろうとする姿勢の大切さ
 - ③話の内容とは別に、きき手と話し手の関係の中で起こる感情があること
- 以上のことを、きき手と話し手の両方の立場で体験しました。

受講者は3つのセッションを意欲的に体験した後、気づいたことや感じたことを共有し、講師の行う解説とまとめによって話をきくポイントを整理しました。そして、実際に保護者から相談を受けた時の具体的な対応について、確認していました。



☆受講者の声（アンケートから）

- ・傾聴の大切さを感じました。これまでの認識が変わり、答えを相談者自身が見つける支援をすることが大切なのだと知りました。
- ・相手の話の内容を正確に順序よく聞くことはとても難しいと分かりました。相手を分かろうとする姿勢が大切だと学びました。
- ・自分の話し方の癖を知り、それを踏まえて相手と話をしないといけないと感じました。また、話を聞く難しさ、寄り添うことの難しさは痛感しています。信頼関係を築く前は、より丁寧に繊細に…焦りは禁物だと感じます。
- ・実践が多くとてもよかったです。もっと演習を重ねてスキルアップしたいと思います。
- ・話し手の感情に着目すること、相手の話の内容にかかわる感情に巻き込まれないことの難しさを感じました。
- ・カウンセリングマインドを日々意識してこつこつ体験し、勉強していきたいと思いました。

研修内容の詳細に関するお問い合わせは栃木県総合教育センター生涯学習部まで
TEL:028-665-7206 e-mail:skc-syougai@pref.tochigi.lg.jp