

令和5年度 家庭教育オピニオンリーダー研修④ 実施報告

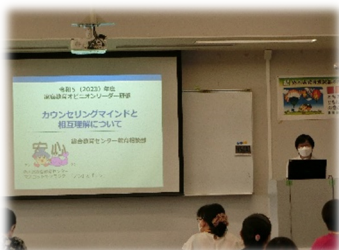
実施日：令和5年9月20日（水）

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

涌井 紀子 指導主事



講話では、始めに子どもの発達段階に関する説明がありました。乳児期から青年期の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、気付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、確認しました。



☆受講者の声（アンケートから）

- ・傾聴について、受容・理解・誠実的な態度を知識としてだけではなく、実践して得られました。また、共感と同情の違いや受容と許容の違いなど、勘違いにおちいりやすいことも知ることができました。
- ・伝えなかったことを相手に理解してもらえることにより、うれしさやもっと頑張ってみようという気持ちが生まれ、大変うれしく思えました。冷静に聴くことを心がけたいと思います。
- ・自分が聞き手であることを忘れず傾聴することが大切だと感じました。、その中で沈黙があっても慌てなくても大丈夫で、それは話し手が自分の考えを見つめる時間だということを初めて知りました。
- ・相手の話を正確に聞こうとする姿勢、話の内容の裏側にある相手の気持ちを読むというのは難しいことで、これから意識していきたいと思いました。
- ・相談は、相手に解決策を授けるのではなく、相手の内なる気付きによって本人が学び取っていくことが大切なのだと改めて気付きました。

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