

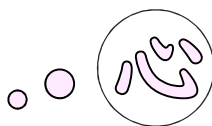
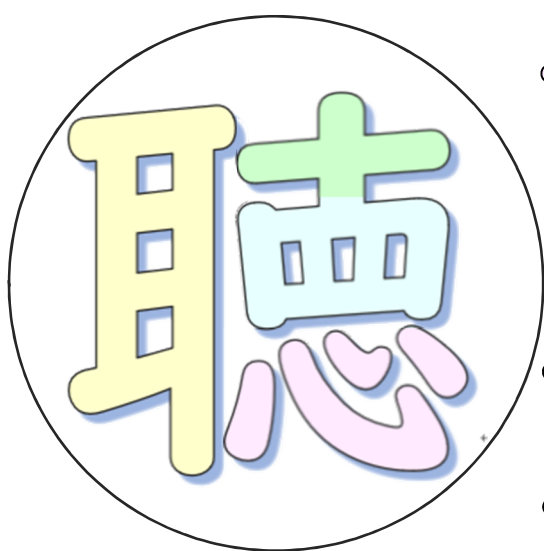
子どもの安心につながる教育相談

教育相談は全ての子どもを対象に行う教育活動です。中でも、定期相談は、5～15分程度であっても、継続することにより、「定期相談の時間に相談できる」という安心感の形成と信頼関係の構築に効果的に作用します。

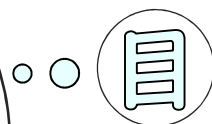
このリーフレットは、「生徒指導提要」や、佐賀県教育センターの「カウンセリング講座」の内容を基に、定期相談において大切にしたいポイントをまとめたものです。是非、御活用ください。

定期相談の4つのポイント

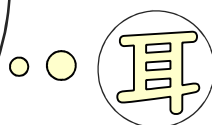
相談中は、耳だけで聞くのではなく、子どもの様子を観察しながら、子どもの心に寄り添って聴きましょう。また、話を聴いた後に、次の相談の約束をしたりチームで支援したりすることで、子どもの安心につなげましょう。



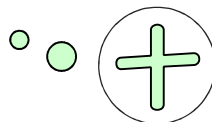
心に寄り添う



子どもを見る視点



カウンセリング技法



つなげる・つながる



心に寄り添う

○日頃から、子ども一人一人に積極的な関心を持ち、理解を図るよう心がけましょう。

- ・成長が見られること、よくがんばっていることなどを把握しておく。
- ・ポジティブな言葉かけをしたり小さなことでも褒めたりすることで、子どもとの信頼関係を築き、気軽に相談できる雰囲気づくりに努める。

○相談中は、次の3つを意識して子どもの話を聴きましょう。

- ・誠実な態度で子どもに接する。
- ・子どもの話を、善悪の評価、好き嫌いの評価を入れずに聴く。
- ・子どもの立場に立って、子どもの考えや思いに近付こうとする。



子どもを見る視点

この子は、学習に前向きなところを最初に褒めてから、友達について悩んでいることを聞いてみよう。

事前アンケートを確認する

事前アンケートを実施している場合は、相談前に確認しましょう。子どもが肯定的に捉えているところに目を向けることで、認めたり褒めたりするプラスの情報を得ることができます。また、子どもの悩みや困っていることについて、前もって他の先生方と共有し、対応を考えておくこともできます。



椅子は自由に動かしていいからね!



座り方を工夫する

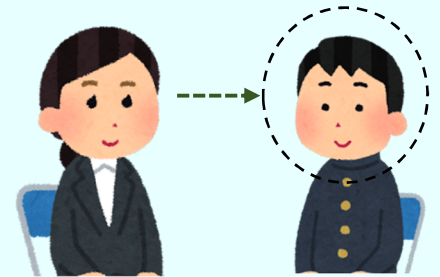
正面を外して 90 度くらいの角度で座ると、視線を自由に変えることができるため、子どもが安心して話をすることができます。子どもの気持ちを尊重して、座る位置や距離を決めましょう。

また、先生が腕を組んだり足を組んだりしながら話を聴くことを威圧的に感じる子どももいるため注意しましょう。

表情や視線に気を配る

子どもが安心して相談することができるように、先生も笑顔でリラックスして話を聴くことが大切です。

相談中は、子どもの目をじっと見つめるのではなく、顔全体を見ながら話を聴くことで、子どもはリラックスして話をすることができます。そして、大切な話のときに子どもの目をしっかり見るようにすると、子どもは真剣に話を聴いてもらっていると感じます。



ふだんの様子と違うところはないかな?



子どもの様子を観察する

相談中の子どもの態度・表情・しぐさ等をよく観察し、言葉には表れない雰囲気や子どもの気持ちをくみ取るように努めましょう。

例えば、

- ・目を合わせることができているか
- ・明るい声でゆっくり話すことができているか
- ・落ち着いて座ることができているか
- ・身なりが整っているか など



カウンセリング技法



ステップ1 多くの先生方が、すでに実践していると考えられるステップ

つながる言葉かけ

はじめに、相談に来たことを歓迎する言葉をかけ、子どもの心をほぐすようにします。

「来てくれてありがとう」

「部活中に、ご苦労さま」

受容(相づち・うなずき)

そのときの雰囲気と話の流れを感じながら、適度に相づちやうなずきを入れます。子どもに安心感をもたせ、スムーズな会話につなげます。

「うんうん」「なるほど」

ステップ2 全ての先生方に実践してほしいと考えるステップ

傾聴

子どもが話すことを否定せず、ありのままを受け入れ、共感的な態度で聴きます。子どもの不安が和らぎ、本音を話しやすくなります。

「大変だったね」

「そうなんだね」

繰り返し

子どもが言ったことを、同じ言葉で繰り返します。子どもは自分の言葉が届いているという実感を得て、安心して話すようになります。

「お母さんに怒られて…」

「お母さんに怒られたんだね」

質問

子どもの話が一段落したときに、話の内容や意味が定かではないところを確認します。より具体的な情報を引き出すことで、子どもの理解につなげます。

「どんな場面でそう思うのかな？」

「もう少し詳しく話してくれるかな？」

最近、A先生のことでイライラしていて…

そうなんだね。【傾聴】

この前A先生からひどく怒られたんです。

A先生からひどく怒られたんだね。【繰り返し】

はい。そのことで最近ずっともやもやして、何もしたくないんです。

それは大変だったね。【傾聴】
もう少し詳しく話してくれる？【質問】

実は…

ポイント

【傾聴】

話す割合 ⇒ 子ども:先生 = 8:2

【質問】

OK 子どもが話したいと思っていることへの質問

NG 先生が興味本位で行う質問



ステップ3 ステップ2を実践している先生方に、次に目指してほしいと考えるステップ

感情の伝え返し

少しでも感情の表現が出てきたときには、同じ言葉を子どもに返し、子どもの感情に寄り添います。

「～と感じるんだね」

「今の気持ちは～だね」

「一人ぼっちで寂しかった」

「寂しかったんだね」

明確化

子どもがうまく表現できないものを言語化して、心の整理を手伝います。

「～ということだね」

「〇〇さんとしては、こんなふうに思ってきたんだね」

自己解決を促す

今後の方針を一緒に考え、子どもの自己解決力を引き出します。

「〇〇さんとしては、これからどうしようと考えているのかな？」

「また同じようなことがあったら、そのときは、どうしようと思う？」

+ つなげる・つながる



今後の支援につなげる

定期相談 + その後の相談

子どもから困ったことや悩みが出た場合は、相談を受けた先生が本気で心配していることや、今後も相談してほしいことを伝えましょう。定期相談の時間だけで問題が全て解決できる訳ではありません。ふだんの様子を見ながら、子どものニーズを確認しつつ、その後の相談を行うことで、継続的な支援につなげましょう。

相談してくれてありがとう。このことについて、時間を取って、もう一度話そうね。

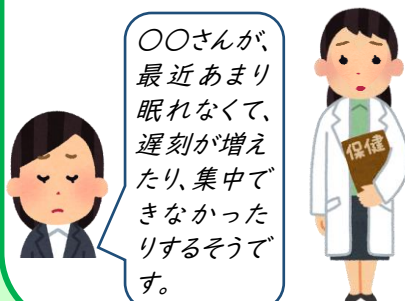


ありがとうございます。

チーム学校としてつながる

一人で抱え込まない

子どもからの相談内容は多様で、一人で対応することが難しい場合があります。相談を受けた先生は、一人で抱え込まず、同学年の先生や養護教諭等に伝えましょう。その場合、相談内容を他の先生に伝えてもよいのか、子どもにも確認しましょう。



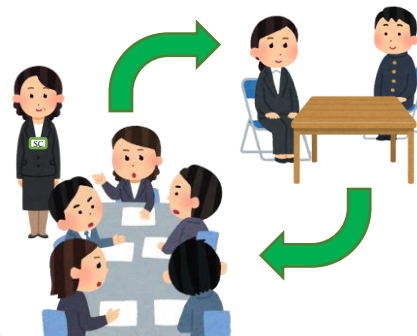
チームで対応する

子どもへの対応を柔軟できめ細かいものにするためにも、チームを組み、情報を共有しましょう。そして、解決に向けた具体的な支援策を考えましょう。その際、いつ、どこで、誰が、どのような支援を行うか、役割分担を明確にしましょう。



継続的に支援する

必要に応じてSC、SSW等の専門家と連携し、支援策を基にチームで協働しましょう。相談を受けた先生を中心に、子どもの様子を見ながら、継続的に支援を行いましょう。また、チームで振り返り、状況に応じて支援の方向性を確認しましょう。



このリーフレットの内容は、定期相談だけではなく、日々の子どもとの関わりや生徒指導、保護者対応等、いろいろな場面で活用することができます。子どもの心に寄り添って話を聴くという関わりを重ね、子どもの安心につなげていきましょう。