

# 自分で考え行動する賢い子どもを育てるお母さん教室②



講座 全5回

指育メソッドアカデミー 主催 中島優子

# 今日の講座のゴール

子どもの個性を世界イチ認めるお母さんとなり  
子どもたちが自分で考え行動できる賢い子どもになる

安心安全信用信頼の親子関係の中で好きなことに  
目一杯取り組み、結果を出す

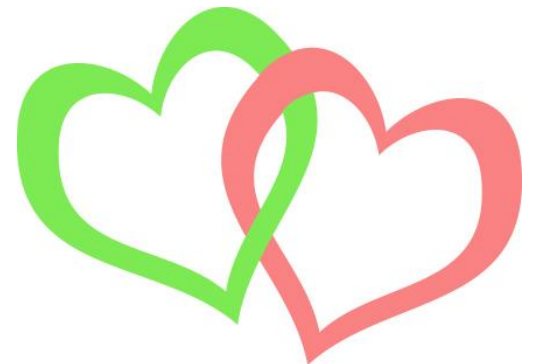
「個性が光る子ども主体  
の快和術」

# 前回の振り返り

前回の取り組みはいかがでしたか？

一喜一憂することなく、続けていって欲しいと思っています。  
すぐに結果がでるものではありませんが、細く長く続けていってくださることで間違いなく、自分で考える賢い子に導いていくことができます。

- ◆取り組みをして変化がでたことはありましたか？
- ◆それは何がお子さんに伝わったのだと思いますか？
- ◆大変だったことは？
- ◆この先も続けたらどんな親子関係になると思いますか？



# 自分で考え行動する賢い子どもを育てるお母さん教室②

## 個性が光る子ども主体の快和術

講座 **2** 日目

# 会話は楽しく聴けばいいんじゃないの？

この講座の基本中のキ その中でも一番大事であり、一番効果を発揮している快和の仕方

ほとんどの方が会話は習ったことがないですよ。

でも、この会話こそが一番大事！！

快和法はこの先もずっーと見直しながら、私も継続していく予定です。

楽しければいい！！

この講座を開催するとうまく行かない方は「私は〇〇してはいけないんですか？」「我慢しなければいけないのですか？」なんて声が届きますが、

楽しい会話はママ友で楽しんでくださいませ。

子どもとの会話は子どもの個性を生かし  
親子関係を最高の形にすること



# 個性が光る子どもも主体の快和術

あなたが話していて楽しい人ってどんな人？

どんな時に話を聞いてくれているなーと感じますか？

他の方も同じポイントで満足しているのでしょうか？

自分なりに考えてみましょう。



# 親がやってしまう 「聞く」 ということの落とし穴

相談に一番多いお母さんの声「話してくれないから様子がわからないんです」

学校のこと、お友達のことなど親が聞きたいことを話してほしい。

気になっていることがあるから、話してくれるまで気になってしまう。

「私が満足するまで、話して～～！！」とあれこれ工夫して何度も聞く。

「私は親だから知る権利がある～～～！！」「子どもに何かあった時にどうするんですか？」

あれこれ何度も聞かれるから、面倒くさい。

毎日繰り返しだし、面倒だし、本人はなんてことないと思っているから話したくない。

でも聞いてくるから仕方なく、適当に話す。

適当だから「嘘つかない！！正直に言いなさい！！」と怒られる。

「この間と言っていること違うよね～プンプン」

これを繰り返したら・・・貝になりますよね。

これは会話とは呼びません！！



これは無理やり聞き出すという名の尋問



# 親がやってしまう 「聞く」 ということの落とし穴

## 尋問にならないための3つのルール

- ①質問を控える  
質問のほとんどはお母さんの確認したいこと。もっと聞きたいこと  
知りたいことばかりです。  
質問されることで、話す予定や話したい内容が中断されてしまいます。
- ②繰り返す・オウム返し  
子「今日、お友達を遊んだんだー」  
母「そう、お友達と遊んだんだね」  
聞いたことをフィードバックすること
- ③受け止め言葉  
オウム返しだけでは、冷たい感じや興味のないと取られることがあります。  
思いっきり興味をもって、「そうなんだー」「へえー」「すごいねー」  
など受け止めているよ！！と伝える言葉を必ず足してくださいね。





# 親がやってしまう 「聞く」 ということの落とし穴

ママ友とする会話は子どもに通用しません。  
では、まずいつも通りお話をしてみてくださいねー。

◆気づいたこと

◆今日からやめて欲しいこと

- ・ 会話を奪わない
- ・ 聴くに徹する

ワーク1  
いつもの会話との違いを体感する

個性を見つける3つのポイント		
優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの
<p>まず相手</p> <p>その時次第</p> <p>結局自分</p>	<p>すごい面倒絶対</p> <p>一生懸命納得ありがとう</p> <p>なんでどうしてすみません</p>	<p>調和 想い</p> <p>結果 損得</p> <p>自由 権力</p>

# 個性が光る子ども主体の快和術

では、どんな話の聴き方が相手が一番喜ぶスタイルになるのでしょうか？

①目線

②身体の  
向き

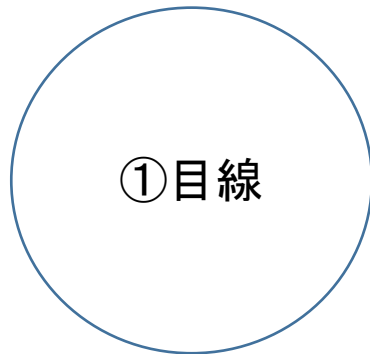
③耳

④環境

⑤スキン  
シップ

# 個性が光る子ども主体の快和術

では、どんな話の聴き方が相手が一番喜ぶスタイルになるのでしょうか？



①目線

ながら聴き



ついつい「ながら聞き」をしていませんか？  
ながら聞きは聴くではありません。  
耳と目と心を使って話を聞く習慣を身に付けてくださいね。

できるだけ、話を聴くと決めたときは  
目を合わせるように意識をしてくださいね。

でも・・・  
毎回毎回そんなわけにはいきません。  
毎回、手を止めてなんて不可能ですよ。

そんな忙しいときにできること  
それは目線で愛を十分に伝えられるということ

是非、活用していただきたいと思います。

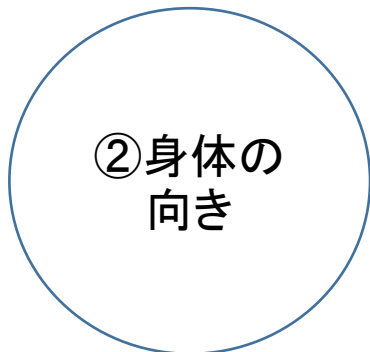
## 個性を見つける3つのポイント

優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの
まず相手 その時次第 結局自分	すごい面倒絶対 一生懸命納得ありがとう なんてどうしてすみません	調和 思い 結果 損得 自由 権力

時間や会話がなくても、十分に愛は伝わるよ！！

# 個性が光る子ども主体の快和術

では、どんな話の聴き方が相手が一番喜ぶスタイルになるのでしょうか？



◆真正面に座る  
向き合って・・・なんて聞くかもしれませんが、真正面に座ることはおすすめしません。向き合うことで目線を逸らし辛くなります。また向き合うことは意見が対立しやすいのです。

◆隣に座る  
身体が触れ合いやすくなり、心理的にも協力関係や同調関係になりやすい。親密な関係になりやすいです。

◆机を使った90度関係(カウンセリングポジション)  
リラックスしやすい自然体になりやすい関係だといわれています。相談しやすい位置

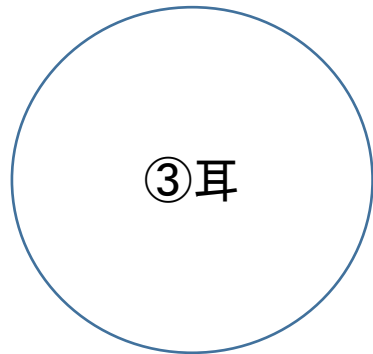
心理学的には以上の3点で言われていますが・・・  
ベストポジションは45度  
対立することなく、親密になりすぎることなく、最適な親子関係を作りやすいのです。

## 個性を見つける3つのポイント

優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの
まず相手 その時次第 結局自分	すごい面倒絶対 一生懸命納得ありがとう なんでどうしてすみません	調和 思い 結果 獲得 自由 権力

# 個性が光る子ども主体の快和術

では、どんな話の聴き方が相手が一番喜ぶスタイルになるのでしょうか？



耳で聞くこと

目で聞くのでもなく

頭で聞くのでもなく

肌で聞くのでもなく

ただただ耳で聞くこと  
目から表情を読み取るわけでもなく  
頭で辛い出来事を想像することもなく  
空気感で感じ取るわけでもなく...

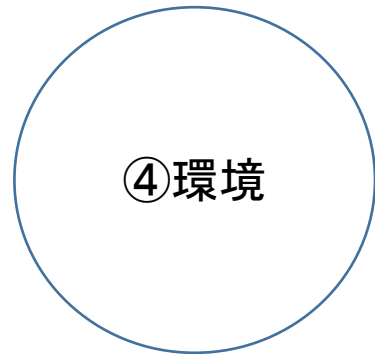
ただただ耳で聞くことを大事にしてくださいね。

## 個性を見つける3つのポイント

優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの
<p>まず相手</p> <p>その時次第</p> <p>結局自分</p>	<p>すごい面倒絶対</p> <p>一生懸命納得ありがとう</p> <p>なんでどうしてすみません</p>	<p>調和 想い</p> <p>結果 損得</p> <p>自由 権力</p>

# 個性が光る子ども主体の快和術

では、どんな話の聴き方が相手が一番喜ぶスタイルになるのでしょうか？



環境を準備してあげてください。

二人っきりの時間を確保すること  
みんながいる中で二人でもいいですが、  
できれば二人しかいない環境を作ってあげてくださいね。

子どもたちはお母さんの一番でいたいのです。  
子どもたちはお母さんを独り占めしたいのです。  
子どもたちはお母さんの特別でないと嫌なのです。

- ◆ 下の子が寝ているわずかな時間でもいいので二人きりの空間作り
- ◆ 可能なら、二人で外出

## 個性を見つける3つのポイント

優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの
まず相手 その時次第 結局自分	すごい面倒絶対 一生懸命納得ありがとう なんでどうしてすみません	調和 思い 結果 損得 自由 権力

# 個性が光る子どもも主体の快和術

では、どんな話の聴き方が相手が一番喜ぶスタイルになるのでしょうか？



スキンシップは大事にしてください。  
できるだけスキンシップを続けること  
中島リサーチによると・・・6歳以上でスキンシップのための時間を確保しているかたは20%もいませんでした。

子どもたちが愛されているという実感が得られるために必要なことは「触れるコミュニケーション」  
お母さんの子に生まれて良かった。そう実感してます。

反抗期・思春期に入る12歳以降はスキンシップを減らしていくことを覚えていてくださいね。  
スキンシップが減っていくことは自立心の表れです。

肌は心と繋がっています。  
肌は脳と繋がっています。

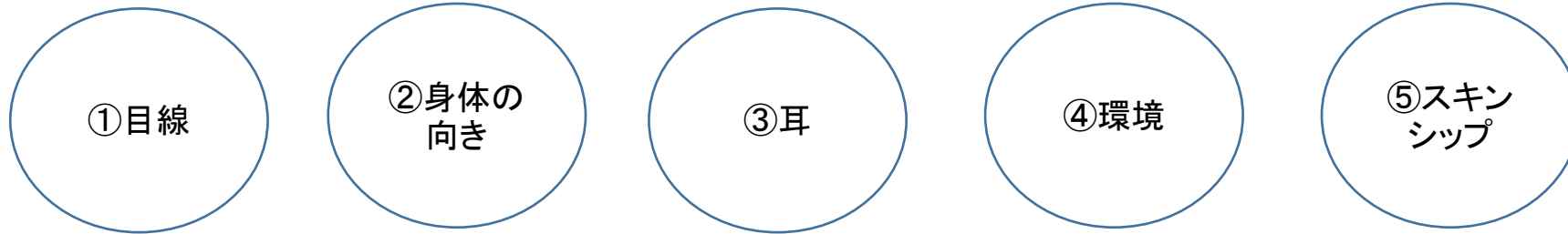
【身体で記憶する】といわれています。  
お母さま方の自分でも大丈夫なので、なでなでしておいてくださいね。

## 個性を見つける3つのポイント

優先事項	返事の仕方・質問の仕方	大事にしたいもの
まず相手 その時次第 結局自分	すごい面倒絶対 一生懸命納得ありがとう なんでどうしてすみません	調和 思い 結果 損得 自由 権力

# 個性が光る子ども主体の快和術

ここでも個性が影響します。5つのポイントに注意しながら快和をしてみてくださいね。



信頼される親子の絆作りの5つの条件

- スキンシップが多い
- 気にかけてくれる
- 受け入れてくれる
- 共感してくれる
- 無条件の愛



# 個性が光る子どもも主体の快和術

前頁までの方法はあくまでも基本  
相手によって変えることも大事ですが、まずは基本で聴いてみてくださいね。  
基本を守ることで、会話の大切さや本当の意味が見えてくると思います。  
まずは実感をしてから、基本姿勢を変えていってくださいね。  
次回までは、基本のままで…

一番の味方である事が伝わるたった一つのポイント

◎ 話かけてくるまで待つ最後まで話を聴くこと



# 今日のまとめ

子どもを自立に導き、個性が光る子ども主体の快和術

- ・尋問にならないための3つのルール
- ・快和術の5つのポイント
- ・一番の味方であることが伝わるたった一つのポイント

日々の会話で10年後の関係を作ります  
何気ない会話こそ、大事にしましょう

子どもは個性を持って生まれてきている  
でも、その個性は育てられ方や育った環境に大きな影響を与えていくのです  
その環境を少しでも良いものに変化させていくことで未来は変わります

子どもたちが自分の欲しい未来に向かって自分で考えて生きていく子どもたちを増やしていきたい  
生きる喜び、家族のなった喜びを感じられる親子を増やしていきたいと思っています

中島優子

# 本日の振り返りシート

今日の講座の気づき

「個性が光る子ども主体の会話術」はどんな発見がありましたか？

どんなことから始めていきたくて思いましたか？

次回までに具体的に何をするのか決めましょう。

今日からは非、子育てに取り入れてみてくださいね・自分で考える賢い親子になりましょう。