

子供と安心感・信頼感のある関係性を築くための心構え ～今すぐできる関係づくり 9つのコツ！～

= 解説編 =

名前を呼ぼう

心理学では、人には自分の名前を呼ぶ相手に好感をもちやすい傾向があるとされています。ただし、何度も重ねて呼んだり、突然姓ではなく下の名で呼んだり、注意などのネガティブな話のときにだけ名前を呼んだりすると、逆効果になるので気を付けましょう。



アイコンタクトの魔法

目を合わせようとジッと見るのではなく、時々見るイメージでやってみましょう。1秒かからないこの動きの中に「今日も元気だね」「(休みがちな子供に) よく来たね」等のいろいろな肯定的なメッセージが含まれます。気掛かりな子供であればなおさら、その子供が何をしているか、何に困っているかを気に掛けましょう。

褒める > 叱る

褒める言葉を増やすには視点を変えてみましょう。できたことだけでなく、やろうとしているプロセスを褒めたり、100点満点を目指さず前回より少しでも良くなっていたら褒めたりしていきましょう。また、みんなの前で褒められたい子供、こっそり褒められたい子供、いろいろな子供がいます。子供に合わせて褒められると良いですね。



「知ってるよ」をさりげなく

子供の興味・関心を話題にすることで、「〇〇さんのこと、知っているよ」「〇〇さんの話を聴いていたよ、覚えているよ」というメッセージが伝わります。子供は覚えていてくれたことが嬉しくて、また話したいという気持ちになります。



ペースを合わせよう

子供が使う言葉や話の間、声の大きさ、相づちやうなずきの頻度等、言語と非言語に注目して相手に合わせることを「ペーシング」といいます。教員が子供のペースに合わせて、子供は教員に肯定されていると感じて安心することができ、教員との信頼関係を築くことにつながります。



「いいね！」のチャンスは逃さない

自分のしたことにポジティブな反応（それが笑顔のアイコンタクトでも）が返ってくると嬉しい気持ちになります。またポジティブな反応を得たいと思い、その良い行動が増えていきます。ポジティブな反応は時間をあけずに返す方がより効果的です。



無理な約束はやめよう

教員との約束は、子供にとってはつながりを感じられる、お守りのような大切なものです。大切な約束を教員が何らかの理由で果たせなかったとき、子供はその残念な気持ちを覚えているものです。実現しにくい約束、実現できない可能性のある約束は、最初からしない方が良いでしょう。



発言をひろおう

授業の流れや状況に合わないような発言にも、子供の中では何か意味があって発言をしています。発言の背景を少し想像して、意外な視点に「なるほど」と反応したり、ただその発言を「〇〇ね」と繰り返したりするだけでも、その子供の発言を大切にすることができます。



時間を決めよう

いつ中断されるともわからない会話よりも、「15分しかないけど、15分間は聴ける」とわかっている方が、聴く方も話す方も安心して話に集中することができます。心理療法などでは、時間をあらかじめ決めておく等の「枠組み」を大切にしています。

