

# 子育てかわら版

所沢市立宮前小学校  
令和6年度

No.01



## 親子の会話「子9:親1」がちょうどいい

日常のささいなことから、進学、部活の選択、職業を決めるなど、人生を左右する大きな決断まで、子供が大人になるまでに「自分で決めること」がたくさんあります。自分で決断できる子にするために、親はどんな働きかけが必要でしょうか。

### 1 大切なのは「コミュニケーション力」

人がAに勝つことは、外部から得た情報と自分の経験をかけ算してシミュレーションする力です。そこで大切になるのが「コミュニケーション力」です。この力に関連しているのは脳の「前頭前野」という部位です。前頭前野はゆっくりと成長し、思春期頃にピークを迎えると言われています。つまり、子供のころにどれだけ前頭前野を成長させ、コミュニケーション力を伸ばせるかが重要なのです。



### 2 子供のコミュニケーション力を伸ばすために、親ができること 肯定的な言葉かけ



1~2歳の間に肯定的な言葉でたくさん話しかけられた子は、3歳での語彙数がアップ

肯定的な言葉がけで育児をした場合、学童期以降の学力がアップ



### 否定的な言葉かけ



危ないからダメ、汚いからさわっちゃダメ

時間がないのに、そんなこと言わないで

やがて自分で感じたり、考えたりすることをしなくなってしまう  
→「自分で決められない子」になってしまう

### 3 大切なのは「親の聞き方」

◎「親が子供の話をしっかり聞くこと」が子供のコミュニケーション力を伸ばす

親は自分の話をしっかり受け止めてくれている

→子供にとって大切な時間

→安心感と信頼感を得る

◎他者を受け入れる姿勢が身に付く=コミュニケーション力の土台が形成



#### 4 親子の会話の原則は「子供9：親1」

○パッシブリスニング(受け身の聞き方)

→相手の話を聞くことに徹し、こちらからは発言しないタイプの聞き方  
適度に相槌やうなずき 基本的には黙って聞く

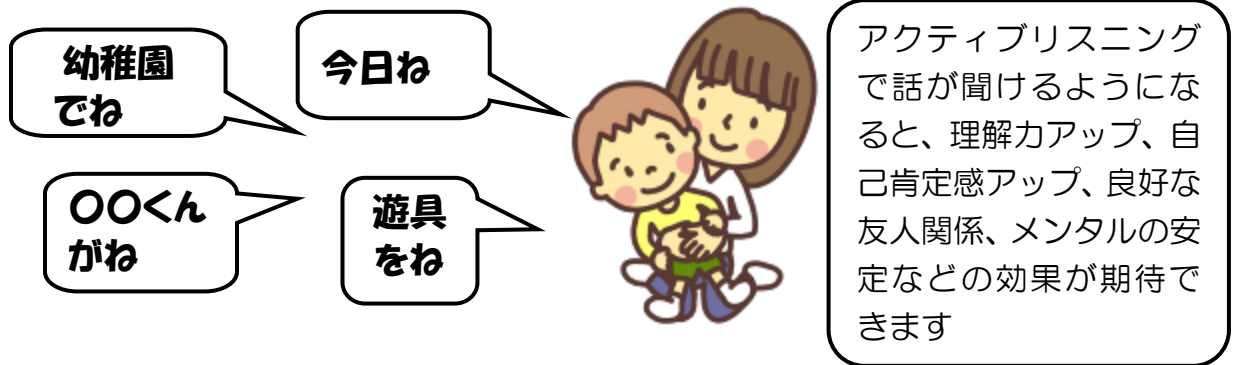
○アクティブラスニング(双方向の聞き方)

→アメリカの心理学者カール・ロジャース博士が提唱  
相手の言葉だけでなく、その奥にある感情や気持ちの変化まで読み取る聞き方  
「聞き上手な人」の話の聞き方＝積極的に話を理解しにいく姿勢や返答

#### 親が子供の話について口をはさんでしまう



#### 親子の会話の黄金比は「子供9：親1」



◎会話の9割は子供に話させ、親はその話を聞くことに徹し、残りの1割で返答をしてあげる