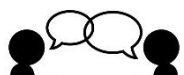


動画バージョンも  
ご活用ください



## ここからスタート！定期相談 ～定期相談を子供と心を通わせる時間に～

### 定期相談の時間、どうしていますか？

先生方は、子供たちが「悩みを抱えていないだろうか」「いじめや友人間の問題がないか知りたい」「最近、元気がないけれど、どうしたのかな」「何かあれば力になりたい」など、様々な目的や願いを持って定期相談に臨まれていると思います。ときには「うまくいった」、ときには「思ったような時間にならなかった」との思いに至るのは、先生方の中に「子供たちのために」という様々な目的や願いがあるからこそなのでしょう。

### 子どもが心を開かない、本音を言わないのはなぜ？～子供たちの思い～

先生方の話の中には、「せっかくの定期相談なのに、いざ対面してみると、子供が話してくれなくて…」といった悩みが多く出てきます。子供の立場から理由を想像してみると…

- ・普段の関係性によるもの（普段あまり話す機会がなければ、一対一ではなお緊張するかも）
- ・話しても、「注意されるのでは…指導されるのでは…」という警戒心から  
（先生は指導する大人という意識があるかもしれません）
- ・誰にも言いたくないと思っていることがある（大人も同じような気持ちになることはありますね）
- ・話したい相手ではないと感じている（話題によって話したい相手が別にいるかもしれません）
- ・自分で解決できることまでは言わない（先生に伝える必要を感じていないかもしれません）
- ・今、話したい気分じゃない（無理に聞こうとしてもかえってよくないかもしれませんね）

きっと、このほかにもあるでしょう。このような子供の事情を考慮せずに、無理に聞こうとしても、子供はかえって心を閉ざしてしまうかもしれません。

ここで改めて、「定期相談の時間」の目的や在り方について、立ち止まって考えてみましょう。

### 「定期相談はこうあるべき」に縛られていませんか？

アンケート調査を分析した結果、定期相談に対する以下のような先生方の「捉え」の傾向が分かりました。

- ・定期相談は、子供が本音や悩みを話す場である
- ・子供本人の口から話されてこそ意味がある
- ・主たる目的の一つが「児童生徒理解」である
- ・目的は一つではない。複数ある
- ・特に悩みや問題の兆候の把握を重視し、解決への対応をする

いかがでしょうか。納得できるもの、違うなあとと思うものがあるかもしれません。あくまで、先生方の傾向を示したものです。ここで注意したいのは、これらの「捉え」が「こうあるべき」という極端な信念として偏ってしまうと、子供たちや教師自身の心理的な負担を増やし、結果的に定期相談の効果を損なう恐れがあるということです。

このような「捉え」は、全ての子供が必ず本音や悩みを話してくれるはずだという過度な期待につながりかねません。もし、話してくれない子供がいると、教師は「自分は信頼されていないのではないかと」焦り、不安を感じてしまったり、「話すべきだ」という無意識の圧力を子供たちに与え、かえって話しにくい雰囲気にしたりするかもしれません。さらには、「話してくれないのは自分の努力が足りない」と教師が自分のせいになしたり、「子供の方に問題がある」と子供のせいにしてしまうかもしれません。

また、子供本人が話した内容こそ価値があるなどと思い込むことで、行動観察から得られるサインを見落としたり、軽視したりすることにつながるかもしれません。結果として、多角的な視点からの支援が難しくなってしまう可能性があります。

大切なのは、これらの「捉え」を柔軟に、現実的に捉え直すことかもしれません。例えば、「本音を話してくれることもある」「信頼関係は徐々に築かれるもの」「本人が話してくれればよいが、他の情報も大切に使う」といった具合に。そうすることで、教師はより現実的な目標設定ができ、子供たちに対してもより穏やかで効果的な関わりができるのではないのでしょうか。

## 定期相談の前にチェックしたい「日常」のこと

定期相談は特別な時間であると同時に、日常の延長線上にあります。

そこで、定期相談で子供たちと向き合う前に、普段のあなた自身と一人一人の子供たちとの関わりを振り返ってみてはどうでしょうか。

- ・普段から自分とよく雑談している子かな（振返ってみると、子供によって多い少ないがあると感じませんか）
- ・部活動や委員会活動などでも関わっている子かな
- ・昨年度に引き続き担任している子かな
- ・現在、指導中の案件がある子、または最近、何かの指導をしたばかりの子かな
- ・普段から、生活面や学習面で「指導する」機会が多い子かな ……など

定期相談は、**日頃の自分自身の関係構築のあり方が垣間見える場**と言えるかもしれません。定期相談で子供と対面する前に、日常の関わりを振り返ってみることで、定期相談で子供が見せる姿の理解に生かすことができます。

## 「定期相談は何のため」を問い直してみる

さあ、いよいよ定期相談です…が、この定期相談が、つい「お説教モード」「質問モード」になってしまっていないですか？定期相談は「指導の時間」ではありません。とは言うものの、定期相談に限らず、子供たちをよりよく導きたいという思いが強くなればなるほど、質問を重ね、「指導」に力が入りがちになるのが教師です。

しかし、回数も時間も限られた定期相談で、先生が把握・確認したい情報が全て得られるのでしょうか？限られた定期相談の時間で、あなたがその子と**必ずしたいこと**は何でしょうか？

定期相談の時間を、先生の欲しい情報収集や指導の時間にではなく、子供が短い時間の中でも「自分のことを気にかけてくれている」「何でも話してみたいんだ」と感じられるような時間にすることを目指しませんか？定期相談は、日常の忙しさの中で立ち止まり、その子自身に目を向け、「ここでは、どんなあなたでも、大丈夫だよ」と**子どもに寄り添う姿勢を示す大切な機会**です。

この定期相談サポートシート集は、先生方の児童生徒理解につながる定期相談を支援することを目的として作成しました。このサポートシートが、子供との双方向のコミュニケーションや心の距離が縮まる定期相談の一助となれば幸いです。