

話をつなげるシート

1 相づちにバリエーションをプラス (聴き方「うめうめ」シートも)

さしすせそ

さ…さすが

し…しらなかった

す…すごーい！/ステキ

せ…せっかくなので/センスいいね

そ…そうなんだー

はひふへほ

は…はーん (なるほど、わかった)

ひ…ひー (身の毛のよだつ、引く)

ふ…ふーん

へ…へえー (初めて知った)

ほ…ほー/ほう



「対話・ゆびさしシート」と合わせて使って、話を進めましょう。

2 質問の幅を広げよう

- ・質問によって、相手に対して関心があることを伝えたり、相手の気付きを促したりできます。
- ・クローズドクエスチョン・オープンクエスチョンを状況に応じて組み合わせましょう。
- ・情報を収集するための質問ばかりでは、訊問されている感覚になってしまうことに注意。

① クローズドクエスチョン -- 「はい・いいえ」で答えられるような質問

「朝ご飯、食べてきた？」⇒ 「はい、食べてきました。」

※メリット …相手が答えやすく、安心できる。話が苦手な子にも負担が少ない。

デメリット…話題が広がらず、途切れがちになることもある。

② オープンクエスチョン -- 一言では答えられず、詳細な情報や説明を促す質問

What…その時、何が浮かんた？

Which…「つらい」と「嫌だ」のどちらの気持ち？

Who…誰といると、そんな気持ちになりやすい？

Why…なぜそのように感じたの？

When…その気持ちはいつから感じているの？

How…そのいらいらにどのように対処したの？

※メリット …イエス/ノーでは得られない詳細な情報を引き出せる。相手の思考を促す。

デメリット…話が脱線する可能性がある。話が苦手な子などは負担を感じる場合がある。

③ スケーリングクエスチョン -- 自身の状況を数値で評価することで、認識を明確にし、変化を促す質問

10が一番いい状況として、今の状況はどれくらい？

今の「3」が「4」になるときは、どんなことが変わっている？

<やりがち NG>

3から4にするためにどうする？

3 子供の話を受け止め、その理解を伝えよう (応答技法)

④ オウム返し -- 文をそのまま返して強調する

「どうせ頑張っても無理だと思うんで…」

⇒「頑張っても報われないと思うんですね。今日はそのことについて話しましょうか。」

※「きいてもらっている」という安心感につながる。相手自身の言葉を反すうさせることで、内省を促すことにつながる。

⑤ ラベリング -- 自身の曖昧な感情や感覚に適切な言葉を与え、客観的に捉える手助け

「それは、悲しい気持ちに近いですか？」

「怒りを感じているように見えますが、いかがでしょうか？」

「今感じていることを一言で表すとしたら、どんな言葉がしっくりきますか？」