

家庭での実践【家族との対話を大切にする 編】

- ・今日の出来事を簡単でいいから、何があったのか報告するようにしている。
- ・反応を見て変化に気付けるように。毎日学校での出来事を聞いています。
- ・夕食時には基本的にテレビをつけない。
- ・子供のいる前ではなるべくスマホを見ない。
- ・今日何があったか、なども聞きたいのですがなるべく普通の会話をよくする事を心がけています。
- ・夕食の時間にたくさん話しています
- ・可能な時はみんなで食事を取る。
- ・良いことでも悪いことでも、話してほしいと日々伝えている
- ・子供の考えや思いを出来る限り尊重して、どんな事でも親に話せる環境を作るようにしてます。
- ・子供の話を目を見てきちんと聴く。
- ・子どもが話しかけてきたら、なるべく手を止めて話を聞くようにしています。できないときもありますが、そのときは必ず後で聞き直しています。
- ・1日にあった出来事を寝る前やお風呂、時間のある時に話す。
- ・たわいもない事でも、1日の出来事を家族で話をして、嫌な事があった日でも、家族で笑って話せるようにしています。
- ・家族全員リビングで一緒にいる時間を必ず取っています。
- ・小さな不安（学校生活での出来事）の相談にのる。疑問に答えるようにしています。最近の疑問は、「何の為に勉強するの？どうやってママは志望高校を選んだの？」です。将来、どのような生活を送りたいか。どんな友達と出会い、切磋琢磨したいか？を考えて、それを実現する為には今、何をすべきか。を子供に考えてもらいアドバイスしています。
- ・こちらから聞いても返事は曖昧なので、こどもから声をかけてきたことに対して、その気持ちわかるよと、理解をしめしたり、同じ気持ちだよって共感が持てるように声かけをしたりするようにしています。
- ・朝ご飯、夕ご飯は必ず一緒に食べる
- ・小さながんばりを褒めることと似ていますが、テストで100点をとれたこと、縄跳びができたこと、などその日の出来事を嬉しそうに話してくれるので、本人の「言いたい」の気持ちを大切に、こちらの聞く姿勢も大切にしています。

- ・本人のやる気を引き出せるように月初めには【今月は何を頑張るのか】を自分で考えて、家族の前で発表する日を作っています。
- ・まだ始めたばかりの取り組みですが、自分で目標設定し、成功させる。成功できなかつたら、どうすれば良いのかを自己分析する習慣をつけることで家庭学習もやる気を出し、考えて行動できる子になってほしい、という思いです。
- ・少しの会話でも適当に返事するのではなく、言葉で返しキャッチボールが出来るようにしている。遊んでいる時なんかは「はい、うん」などで返してくる事が多いが、「こうだったよ!、~で、自分はこうしたい」などと短い文でも返事だけで終わらせず家族同士会話が出来よう声かけはしています。
- ・子供たちのちょっとした変化に気がつけるよう、コミュニケーションを大事にしています。
- ・ご飯(特に夕飯)の時は必ずその日の出来事を聞くようにしています。友人との様子、勉強やテストの事など、くだらないことから真面目な内容まで何でも聞くことに心がけ、アドバイスが必要な場合はアドバイスをして今後に役立ててもらうようにしています。
- ・同じような話の繰り返しでも手を止めて聞く。特に寝る前、お風呂の時に話し出すので、その時は聞くことに徹する。根掘り葉掘り聞かないで好きなように話させる。定期的に両方の祖父母と会話をさせたりLINEをしたり手紙のやりとりをしている。たまに、友達になったつもりで聞く。自分の子ども時代の似たような経験を話す。
- ・今までは小さながんばりをほめていましたが、3年生になり進路を含め将来の話をするようになりました。どんな自分でいたいのか、どんな自分になりたいのか。そうなるためには今、何が必要か、どんな頑張りをすれば近づけるか、楽しい未来の話をするのは聞いている方もワクワクします。楽しい未来の為の勉強だと思えば苦しいだけの勉強ではなくなる気がします。
- ・受験勉強は辛いものなので、どこでつまづいているのか、どこが苦手なのか話を聞くようにしています。また、本人が壁にぶつかっている時はどう乗り越えたらいいのか一緒に考えるようにしています。
- ・子供が、学校の出来事や、友達の話や、諸々の話を話して来た時は、どんなに忙しくても、耳を傾ける様にしています。