

教育相談に関する校内研修I

思いを受け止め、思いを引き出す教育相談のために

～さがえっこはぐくみサロンに向けて～

2025.6.23 県教育センター長期研修生 笹原祥子

はじめに／今日の予定

はじめに

- ・教育相談とは？
- ・こんなことで悩んだ経験ありませんか？

○思いを受け止め、引き出すために

- ・「聞く」から「聴く」へ
- 積極的傾聴（アクティブ・リスニング）を目指して
- ・思いを引き出す質問力

○相談しやすい関係づくりのために

- ・コンプリメント

この中で、教育相談にあたるものはどれでしょうか？

- ①話をするために、教師が対象者を呼び出す
- ②児童生徒、保護者が教師を訪れて話をする
- ③学期末に定期的な面談を行う
- ④登下校時に保護者に声を掛ける
- ⑤保護者からの電話に対応し、悩みを聴く

→すべてが教育相談です！

教育相談の範囲はもっと広い！

「学校における教育相談は、決して特定の教員だけが抱えて行う性質のものではなく、相談室だけで行われるものでもない。（中略）したがって、教育相談は、学校の教育活動全体を通じて、また全ての教員が様々な時と場所において、適切に行うことが必要である。」

教育相談等に関する調査研究協力者会議
「児童生徒の教育相談の充実について～生き生きとした子どもを育てる相談体制づくり～（報告）」より

「教育相談とは、一人一人の児童生徒の教育上の諸課題について、本人または保護者などにその望ましい在り方について助言するものと理解されてきました。（中略）個別面談やグループ面談等の相談活動だけでなく、通常のエデュケーション活動を発達指示的教育相談の視点を意識しながら実践することも重要です。」

生徒指導提要 第3章 チーム学校による生徒指導体制
3.3.2 教育相談活動の全校的展開 (1) 発達支持的教育相談 より

- ・定期的な個別面談
- ・保護者との電話対応
- ・日々の連絡帳
- ・登下校時の会話

→すべてが「教育相談」と言える！

こんなことで悩んだ経験、ありませんか？

一緒に考えたいけど、
保護者の方の辛さや大変さを聞いて
どんどん悲観的になってしまい、
出口が見えなくなってしまう…

少しでも力になりたいから、
話をしっかり聴いているけれど…
保護者の方には伝わっているかな？

こちらの言葉が、
違ったニュアンスで伝わって
しまったかもしれない。嫌な思いを
させてしまったかな。気づいたら、
自分ばかり喋っていた…

思いを受け止め、引き出すために

「聞く」から「聴く」へ 積極的傾聴（アクティブ・リスニング）を目指して

「聞く」と「聴く」には、どんな違いがあるのでしょうか？

「聞く」：hear

音や声が自然と耳に入って来ること
受動的な意味合いが強い

「聴く」：listen

注意して耳を傾けること
主体的、能動的な意味合いが強い

→教育相談においては、「**聴く**」を心がけたい

「聴く」ときに働く身体の部位はどこでしょうか？

- ①耳で聴く ②目で聴く ③心で聴く
- ④口で聴く ⑤体で聴く ⑥脳で聴く

非言語コミュニケーション

「聴く」ためのスキル

- ①視線合わせ ：目で聴く
- ②身体言語 ：体で聴く
- ③声の質・調子 ：耳、口で聴く
- ④言語的追跡 ：心、口、脳で聴く

①視線合わせ

- ・視線によるコミュニケーション
見るところ、見る時間、視線の合わせ方など
相手に合わせて、意図をもって
相談者は対応者の思いを視線から読み取ることができる

「あなたの話に関心があります」
「あなたを理解したいと思っています」
対応者からのメッセージを相談者に伝える

例①「見つめながら、ゆっくり瞬き」

→「話の内容を理解している」「同意」

⚠️見つめすぎること居心地の悪さを感じる人もいます。目ではなく、相談者の眉間を見るのもよい。相談者が目をそらしたり、落ち着かない様子を見せたら、相手の口元、手元やテーブルに視線を落としてもよい。

例②「時計を見る」

→「時間ですのでそろそろ…」と話を遮らずに、相談者に「もうすぐ終わりですよ」と視線でメッセージを送ることができる

⚠️深刻な、大事な話の最中に視線が時計に向くと「集中して聞いていない」というメッセージになってしまう

②身体言語

- ・身体全体での非言語コミュニケーション
対応者の姿勢、体の向き、腕や脚の位置、身体の動きなど
相談者の姿勢を模倣することで、話しやすいと感じてもらえる

基本とされる姿勢：腕や足を組まず、少し前傾
手は机の上で軽く組む

私たちは無意識のうちに、顔や手の動き、姿勢など身体全体を使って様々なメッセージを伝えています！

②身体言語

- 驚いたときに体を軽くのけぞらせたり、一緒に困ったときには手を顎の下に持っていったり、相談者の様子や話す内容によって柔軟に変えていく。

対応者の緊張は相談者に伝わる。対応するときは適度にリラックスし、動作をごく自然に、やさしくすることを意識すること。

⚠リラックスすることで、普段の癖（足や腕を組む、肘をつく等）が出てしまう場合があるため注意が必要である。

③声の質・調子

- ・対応者の声の大きさ、高さ、話すテンポ、語気、声質を指す
相談者に合わせたり、状況に応じてあえて相談者とは同調しないで対話したり使い分けることもある。
対応者の思いが伝わりやすくなり、相談者は落ち着いて思いを話しやすくなる。

○相槌や「そうですね」などの短い言葉でも、声の質・調子に気を付けると多彩な意味を付与できる。与える印象やメッセージが大きく異なる。

③声の質・調子

- ・少し速めのテンポ、高いトーンの声で話す
：社交的に見られやすいが、温和な印象は下がる
- ・ゆっくりと、低めのトーンで話す
：温和な印象をもたれるが、社交的な印象は下がる

☆相談者の好みかわからない場合、まずは相談者に声のトーンとテンポを合わせる。

☆相談者が興奮状態で来校し、早口かつ大きな声で話し続けるとき
→あえて同調せずゆっくりと低い落ち着いた声で対応することで、相談者の興奮を落ち着きやすくする

④言語的追跡

- ・相談者が使った言葉を用いて、話すことについていくこと
相談者が表現した言葉をそのまま用いることで、相談者は「自分の言葉をきちんと聞いてくれている」という安心感を得ることができる。

例) 「外出先で言うことを聞いてくれなくて、イライラします。」

言語的追跡○「外出先で言うことを聞いてくれなくて、イライラするんですね。」

④言語的追跡

例) 相談者「外出先で言うことを聞いてくれなくて、イライラします。」
→「外出先で？」

言葉の一部のみを繰り返すこともある。繰り返した一部に対応者が焦点をあてようとしている（気になっている）というメッセージになる＝対応者が話題の方向を決める

☆まずは相談者の言葉を丁寧に聞き、使った言葉をそのまま用いる

相談者に合わせた非言語コミュニケーションを用いることが大切

教員側の非言語コミュニケーションが、保護者にどう映っているか意識しましょう！
相手からの評価・フィードバックで改めて知ることができるものです。

例) 「はあ」

今から実演する「はあ」は、下記のうちどの「はあ」でしょうか。

- ①なんで？の「はあ」
- ②感心の「はあ」
- ③怒りの「はあ」

推測するとき、どんな所に注目しましたか？

◎演習 「はあ」って言うゲーム

「はあ」と言う声や表情、姿勢などで、感情を表現できるでしょうか？
また、どんなところを見て感情を推測しましたか？
隣同士で実践してみましょう。

☆隣同士でペアになり、誕生月の早い方は下記の①～③の中から一つ選んで実演してみましょう。 見ている方は、①～③のうちどれなのか推測して、答えを伝えてみましょう。1人1回ずつ実演できたら終了です。

- ①困ったときの「はあ」
- ②照れくさいときの「はあ」
- ③失恋したときの「はあ」

思いを引き出す質問力

質問するのは何のため？

○情報を得るため

- ・その子の得意なこと、苦手なこと…

好きなこと、嫌いなこと… →アセスメントのための質問

○相談者が思いを整理するため

○相談者（本人、保護者）が望む

「未来の解決の姿」を明らかにするため →前に進むための質問

→質問の背景には二つの考え方がある！

問題解決志向と解決志向アプローチ

問題解決志向

- ・「なぜ問題が起こるのか」というように、問題の原因を特定し、取り除くことで解決を目指す考え方

→原因を取り除くのは難しいことがほとんど。原因がわかっているにもかかわらず、解決には必ずしも結びつかない。原因究明に目を向けるため、ネガティブな側面に注目しがち。

解決志向アプローチ

- ・「どうすれば目標に近付けるのか？」というように、望む状態や目標を明確にして、すでにうまくいっていること（例外）に焦点を当て、それを増やしていくことで解決を構築していく考え方

→相談者自身の強み、成功体験に目を向ける。小さな変化や改善を積み重ねていくことを重視する。

教育相談は、正解を教えるものではない

答えを伝えて解決に導くのではなく、

相談者が自らの手で解決策、改善策を見つける手助けをする

ブリーフセラピーの「解決志向アプローチ」という考え方

↓

問題や原因を掘り下げるよりも、相談者が望む未来のイメージに向けて具体的な目標を立て、リソース（個人が持っている資源）を活かしながら未来を作っていく。

解決志向アプローチの鍵

- ①リソース（資源、資質）への注目
：無いものではなく、既にあるものに目を向ける
- ②例外：問題が起こっていないとき
少しでもやれたこと、ましなこと
→既に起こっている解決の一部
- ③成功の責任追及：失敗や原因の追求ではない

①リソースを探す

☆全ての人がリソース（資源、資質）をもっている！

内的リソース：本人の中にあるもの 例）能力、興味関心、特技、自信…
外的リソース：本人の周りにあるもの 例）家族、友達、ペット、外部機関

問題とリソースは隣り合わせ

〇〇が「問題」→〇〇できる「能力」がある

リソースは潜在していることもある

●演習

◇4年生女子Aさんの具体的な事例

明瞭な発語がなく、身振りや指さして自分の思いや要求を伝える。教師の指示をよく聞いていて、活動の移り変わりにスムーズに対応する。友達との関わりが好きで、特に同性の友達や下級生には自分から優しく関わろうとするが、距離感が適切でないことがある。走ることや本を読むことが好きだが、途中で周りの友達が活動する様子を眺めていることが多い。一点を注視していることが難しく、周囲の様子を気にするため活動に集中できない。協力的な家庭で、持ち物や連絡などは滞らない。母親は、「言うことを聞かず、手を焼いている」とつぶやいていた。

☆Aさんがもっているリソースは何でしょうか。

「もっているもの」→「できること」「得意なこと」「好きなこと」…

この保護者や子どもには、解決を作るためのリソースが必ずある！と信じる

②例外を探す 「うまくいったこと」を見つける

- ①問題が起こらないで済んだ場面
- ②少しでもできていること、ましなこと
- ③既に起こっているよい状態、解決している状態の一部
（続いて欲しいな、と思うこと）

↓

「問題をなくす」より「例外を探す」

②例外を探す

問いで例外を引き出す

- ・どんな時に、問題は起きないで済んでいる？
- ・どんな時に、うまくできている？
- ・ほんの少しでもましな様子の時は、どんな時？
- ・これからも続いて欲しいことは、どんなこと？

②例外を探す

例外を見つけたら

☆「例外」がなぜ起こったのか、どんな役に立ったのか訊く

- ・「どうして〇〇が起こったのか？」
- ・「例外が起こっている時と問題が起こっている時、何が違う
いるのだろうか？」
- ・「どんな力が役に立ったのだろうか？」

→例外が「何によって」もたらされているかがわかる

③成功の責任追求

「うまくいった理由」を考える

- ・「どうやったらうまくできたのでしょうか。」
- ・「〇〇するために、どんなことをしたと思いましたか。」

→例外が「どうやって」もたらされたかがわかる

例外がもたらされる要因、理由、手段などを知ることができれば、
よい状態（成功）を繰り返し起こすことができる

③成功の責任追求

子どもの対応に苦勞し、大変な状況の中にいる保護者

→不安や孤独、苦痛…それでも今まで何とかやってきた強さがある
リソースは必ずある

小学1年生のBさんは発語がなく、自分の思いがうまく伝わらないと家庭で保護者を叩いたり、
泣いたりすることがあります。保護者は、学校や外部の機関と連携をとりながら試行錯誤していま
したが、ある日「家で、自分がしてほしいことを身振りで伝えてくれるようになりました。前は怒
るばかりで分からなかったのに…。その場では叶えてあげられなくても、怒らなくなったんです
よ。」と話してくれました。

先生方は、「成功の責任追求」の視点から

この保護者にどんな言葉を掛けますか？

③成功の責任追求

「 」

「大変な中、根気強く関わってこられた成果ですね。うまくいくきっかけを作ったのは、どんなことだとお考えですか？」
このような質問をすること自体が、既に子どもたちや保護者のリソースを認め、敬意を表していることになる。

=間接的コンプリメント

相談しやすい関係づくりのために

コンプリメントとは？

コンプリメント 英：compliment

望んでいる未来や解決、ゴールや目標の達成につながるリソースが「自分たちに既にある」ということを子どもや保護者自身が知ることができるように伝えること



相談者がリソースに気づき、それを自ら活かしながら使えるようになることをねらう
=自己肯定感や意欲を高め、自己指導能力を育むあたたかい関わり

適切なコンプリメントに必要なこと

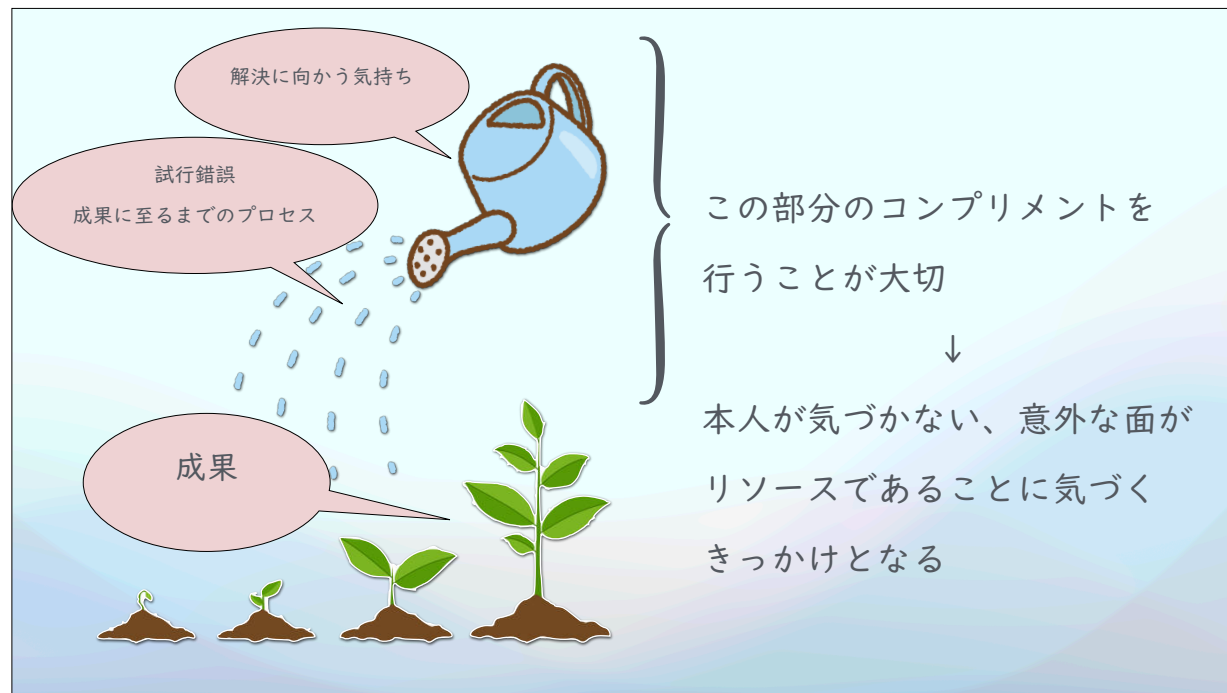
- ・具体的に言葉で伝える
- ・表情や態度（笑顔、頷き、感嘆詞…）



相手に合わせ、おだてず、媚びず、素直に、タイミングよく

✗むやみやたらに、なんでもただ褒める事ではない

☆普段「当たり前だ」と思っているものこそ価値がある
価値を見直すのに役立つのがコンプリメント！



いいところを伝えるとき、気を付けていることは？

児童のいいところや保護者の努力など、「伝えたいな」と感じること
は日々たくさんあるかと思います。

直接の対話、電話や連絡帳など様々な手段がある中で、どのようなこ
とに気を付けながら伝えていますか？

今日の研修で、明日から使えるヒントは見つかりましたか？