

自分のペースで ベップトークを♡

公式LINEで
ベップの
コツを！

2人の息子の子育ての中での
ベップ体験や、実践のポイントなどをゆったり配信しています！ぜひ参考にしてください♡



相手のことを本気で思う

皆さんこんにちは！10月22日に、南大沢中学校保護者講演会にて言葉がけとコミュニケーション「ベップトーク」のお話をさせていただきました、講師の小柳今日子です。進路説明会の後の3年生保護者の方々を中心に、多くの方にお会いできて嬉しかったです。皆さんの真剣で優しい表情に、お子さんへの思いを感じ、温かい気持ちになりました。

南大沢中学校さんでの講演は、今年で3回目です。学校に到着すると、いつも少しだけ校長室にお邪魔させていただくのですが、荻原校長先生は、この学校をとっても大切にされていますね。そのお気持ちを受け、私も本気で皆さんのお役に立てるようにと準備をして伺っています。「ベップトーク」とは「相手のことを本気で思うこと」から始まり、だからこそ、その人が受け取りやすく、やる気になりやすい言葉を探すのです。

観察、想像、共有

今回の講演の内容を作り始めたとき、南大沢中学校ホームページの「学校だより」を拝見しました。8月末に発行されたNo.4号は、長友副校長先生の「作品鑑賞と人間関係」。芸術作品を鑑賞する上でのポイント「よく観察すること」「想像力を働かせること」「感想や意見を共有すること」は、人間関係の構築においても共通して大切なことなのではないか、と書かれていました。素晴らしいベップな視点だと思いました。

「観察」相手の表情や言葉、仕草などをよく観察し、丁寧に受け止める
「想像」相手の思っていることや考えていることを、相手の立場になって想像する
「共有」お互いを尊重しながら、感じたこと、思ったことを素直に伝え合う
まさに、ベップトークする上で大切なことと一致します。

中学生になると、それまでと違って親子のコミュニケーションが難しくなることがありますよね。思春期の子どもたちは家の外での活動も増えてきますし、共有できる時間が減ってきたと覚えることもあるかもしれません。大切な我が子を丁寧に観察し、子どもの立場になって思いを想像することから、心の距離を縮めていきたいですね。

わかり合えるコミュニケーション

乳児はしっかり、肌を離すな
幼児は肌を離せ、手を離すな
少年は手を離せ、目を離すな
青年は目を離せ、心を離すな

ネイティブアメリカン・インディアンの言葉



であるように整えられると「頑張り」を持続しやすくなります。

私が講演に伺った10月は、校長室の前にハロウィンモチーフの可愛いおもちゃなどが並べてありました。「休み時間に生徒がおもちゃを触りに来るんですよ」とのこと。心が緩む場を学校内に設置するのはとても素敵な配慮だと思いました。

世界は広い

あなたにとって生きやすい
楽しくて嬉しい場所が、
必ずあります



広い世界へ

脳は、聞いた言葉をイメージし、それを実現させようと行動指令を出します。「サボるな」と言われると「サボる」イメージが脳に描かれますが「集中してやってみよう」と言われると「集中する」イメージが描かれ、どうしたら集中できるか？と検索が始まります。かける言葉を選択することで、相

手の行動への手助けができるのです。ただ、大切な本番はもうすぐです。もっともっとと「〇〇してみよう」を言い過ぎ、追い詰めてしまうことがないように。今持っているものを生かすことを1番に、その子が今、出来そうなことをよくよく見極めながら、優しく背中を押していきましょう。

また、高校という新しい世界へ向かうことに不安がある生徒さんもいるかもしれません。これから広がっていく世界には、本当にいろいろな面白い人がいます。お子さんの心を大きく育てる出会いが、たくさん待っています。安心して一歩を踏み出せる言葉で応援していきましょう！