



相談室だより

令和6年11月1日 教育相談担当

学習発表会等の行事が無事終わり、落ち着いて学校生活を送ることができる時期です。今回のテーマは、会話シリーズのまとめで、「**会話のキャッチボール**」です。会話を通して人との関係を円滑にしていきましょう。

1 どうして会話のやりとりがうまくできないの？

話しかけても会話が続かない、すぐ沈黙になってしまい気まずい、と感じたことはありませんか？

会話のやり取りを「会話のキャッチボール」と言います。会話のキャッチボールができれば、会話がより楽しくなります。

会話のキャッチボールがうまくいかない要因は3つあります。

- ・話すのに緊張し、言葉が出ない。
- ・照れ、恥ずかしさから、口下手になってしまう。
- ・話の内容に興味がもてない。



2 会話のキャッチボールをするコツはあるの？

会話を長く続けるためには、相手が返答をしやすいような内容を加えてみましょう。

(1) 質問や会話の中に「5W1H」を加える

5W1Hとは、「Who（だれが）」「When（いつ）」「Where（どこで）」「What（なにを）」「Why（なぜ）」「How（どのように）」の6要素を示した言葉です。

例えば、「買い物へ行ってきた。」だけでなく、「3連休の初日に、買い物のために、家族と金沢に、あいの風鉄道で行って来た。」と伝えると、会話を広げるポイントが多く、自然に長くやり取りができます。

(2) 質問に内容をプラスする

相手が返答しやすいように、質問に内容を1つ加えてみましょう。

「休日何してた？」という質問は、「私は、昨日、〇〇という映画を見に〇〇へ行った。あなたは休日何してた？」と、自分のことを交えるなどして伝える方が、盛り上がりやすくなります。

(3) 相手が話せるように間を空ける

会話を続けようという思いが強いと、会話の間が気になってしまい、つい一方的に話してしまいます。会話の中に間がないと相手が話し出すスキがなくなります。相手が自由に話せるように、考えをまとめて話し出せる間を作るように意識してみましょう。

また、間も会話の一部です。沈黙を楽しめたらいいです。

(4) 分かりやすい言葉を選ぶ

自分の話の内容が相手に伝わらず、どんな返答をするか悩ませてしまうことも会話が止まる原因のひとつです。

理解が困難な言い回しや専門用語等は使用せず、相手が分かりやすい言葉を使いましょう。

11月1日（月）～15日（金）に定期教育相談があります。生徒のみなさんは、悩みや困ったことがあれば、遠慮せず担任の先生に話しましょう。話すだけでも十分な気分転換になります。保護者の方々も、お困りのこと等ありましたら、学校にご相談ください。