

## ⑦話の聞き方で心をつなぐ



聞いてもらうことで  
安心感をもち、もっと  
話せるようになります

分かってもらえることで  
相手に対する  
信頼感が育ちます

会話を通して親子の  
信頼関係が築けます

### 聞くときのポイント

- ① 忙しくても**手を止めて顔を見て**聞く
- ② 話の途中で口を挟まず、**最後まで**聞く
- ③ 話を聞いたら、まずは気持ちを受け止めて**共感**する
- ④ 親の**価値観**を押し付けない
- ⑤ 言いたいことは**私（<sup>アイ</sup>）**メッセージで伝える  
「私なら～するよ」「私は～がいいと思うよ」

「聞いてもらえた」「話してくれた」  
の気持ちを大切にされた会話を心掛けましょう



言葉のキャッチボールを通して、心もしっかり受け止めましょう