

## 1月 心得ておきたい雑談のコツ

こどもにとって親や教員との雑談時間はかけがえのないものです。ある脳科学者によれば、雑談は、ぼんやりとしたイメージを言語化するため「直感力」「発想力」を磨く脳のエクササイズになり、人との安心感を構築できるため「失敗に強くなる力」も磨けるのだそうです。私も不登校支援で具体的になにをすべきですか？と聞かれれば「雑談がいいでしょう」と答えます。

では、どのように雑談をすればいいのか。関係性がよければ、とりとめもない話をこどもにしてみてください。たとえば「明日、食べようと思って買ったお団子をさっき食べちゃった」など。どうでもいい話題をふって答えが返ってきたら「雑談慣れ」している子でしょう。

そこまで卓越した子でなければ、本人が好きなことを教えてもらうように雑談してください。つまり、本人が好きなゲームやアニメ、アイドルたちはなにが素晴らしいのかという話です。

周囲は「そんなことで？」と疑問をいただくかもしれませんが、グッと笑顔が増えてくるはずです。(不登校ジャーナリスト・石井しこう)

次回のテーマは「不登校状態を脱したきっかけ」を予定しております。ご期待ください。