『アクティブリスニングでかなえる最高の子育て』

島村華子（主婦の友社 2023.2）

裏表紙には、次のような文章があります。「無条件に愛し、受け入れて、ミスをしても『大好きだよ』と頼ってくれる子どもに、大人がお返しできるとしたら、それは、耳と心を傾けて、思いや考えを受け止めること」

◆なぜ大人は子どもの話を聴かないのか

＊心理的バリア　　決めつけ、問題の同一化

＊物理的バリア　　忙しさ、ストレス

＊環境的バリア　　デジタル機器による弊害

携帯電話に気を取られている大人たち

◆アクティブリスニングの実践

1　聴くための心理的・物理的な環境を整える

・自分の癖を見直す

2　非言語コミュニケーションに注意を払う

・声のトーン　・アイコンタクト　・表情　・うなずき

3　反映力を使って、相手の立場から見た理解に努める

・反復　・言い換え　・明確化　・要約