

親子で深い 会話をしよう

共生社会での親子の
「会話」はどうつくる？
絆を深めたいと思ったら
ぜひ、読んでみて！

入間市教育委員会
家庭教育応援通信
2025年12月



こんにちは
こちらは入間市教育委員会です

この家庭教育応援通信では
子育てに必要な情報を
皆様にお伝えしていきます。



入間市マスコットキャラクター
「いるティー」

今回は、
親子で深い会話をつくる
についてお伝えしていきます。

楽しく深い会話を

子育てをしていると、思い通りにならないことがたくさん。でも、いつも叱っていたいわけではないですよ。

早くしなさい、ばかりではなく、親子で楽しく深い会話を！

そこで、今回は「等話」のご紹介です。



共生社会とは

共生社会という言葉を知っていますか。

障害の有無、年齢、性別などに関わらず、すべての人が互いを尊重し、支え合い、誰もが生き生きと自分らしい人生を送れる、全員参加型の社会のことです。

実現には、環境とともに心のバリアフリーが必要です。



心のバリアフリー

「心のバリアフリー」とは、様々な身体や心の特性や考え方を持っているすべての人々が、お互いに分かり合うために、話をし、支えあうことです。

そこで必要なのは、自分と違う状況にある人とのコミュニケーションをする力をつけ、相手の困りごとや痛みを想像し、感じることです。



「等話（とうわ）」をご存知ですか

尚絅学院大学の松田教授は、問いかけ合う
平等な会話「等話」こそが私たちの共生社会
を育むとしてその意識づけを提唱しています。

実際、教授の授業を受けた学生が、会話に
積極的になったり、地域の活動に自ら参加す
るなど、「等話」により人との関りを増した
姿が報告されています。



「等話」の効果

「等話」で、発言が増えることで話すことに慣れ、自分に自信が持てます。

相手をより理解し、その人のために考えるようになります。

人から示唆を得て人から学びます。

自身の成長と共生社会の実現を願うようになります。



鍛錬が必要

家庭内であれば、家族の絆を深め、会議なら、創造的な解決案や発見を生み出すことができるでしょう。

そのためには、スポーツや職人の技がそうであるように、会話においても日々の意識した練習が必要なのだそうです。教授はこれを鍛錬と言います。



会話に共感と創造を

「等話」は、ただ話す時間を平等にするだけでは成り立ちません。

話し合うことの醍醐味は、一人一人が勝手に自己主張し合うのではなく、相手の言葉に相槌を打って（共感）、話を広げたり深めたりし合って一つの会話をつくりあげていくこと（創造）にあるからです。



「等話」の心がけ

松田教授は、その著書『等話』で、5つの心がけを挙げています。

- 目の前の人との出会いに感謝する。
- 互いの話す時間が平等になるよう心がける。
- 自己完結せず、短く話して、問いかける。
- 相手の話に耳を傾け、返答し、短く話して、また問いかける。
- この場で生まれる話を、ともに作ろうと心がける。

出典：松田道雄著「等話：平等な会話があなたの人生と社会を変える」
(2021年新評論)

親子での「等話」の心がけ

この子と出会えてよかったという思いで、
子どもが話す時間を確保して、
自分で結論をすぐ出すのではなく、
短く話して、相手に意見を求める、
互いに、相手の意見を聞いて、また相手に問
いかける、ということではないでしょうか。
この「鍛錬」が絆を深めるのです。

問いかけるとは

互いに「問いかける」とは、どういうことでしょうか。

例えば、

- ・ 共感して、広めたり深めたりする
- ・ 問題の解決を図ろうとする
- ・ 新たな案を提示する

などがあります。



例1 共感し、再び投げかける

相手が言い終わるや否や、自分の言いたいことを付け足すのでは会話は深まりません。

相手の話すことを共感的に受け止めたうえで、そこにある会話のテーマを深める内容の言葉を、再び相手に投げかけます。

「へえ、〇〇なんだ。じゃあ、〇〇は？」

「私も思った。でも〇〇じゃない」

例2 問題に思うことを問う

知恵を出してもらうために、自分が問題に思うことを問いかけます。

親子で困難や課題を共有し、互いの違いを認め合い尊重しながら、共に解決策を考え、支え合います。

「お母さんが気になるのは…」

「〇〇が問題だけど、どうしようか」

例3 組み合わせで提案する

目の前の選択肢だけでは話が進まないことがあります。そんなときは、それまでに別々に出た話を組み合わせ、新たな案を提案します。

コンピューターなどITの開発の歴史をたどると、独創的なアイデアは、多くがそのようなチームワークの産物なのだそうです。

2つの公式

松田教授は、こうした考えを2点の基本公式として提案しています。

(1) 時間÷人数=平等性

(2) 問いかける×問いかける
=共感性×創造性



足し算では $3 + 3 = 6$ ですが、掛け算なら $3 \times 3 = 9$ であるように、問いかけることによって、話の中身は広がり、ふくらみます。

「等話」

松田教授は、公式（１）（２）を合わせれば、「問いかけ合う平等な会話」となるとして、これを「等話」と名づけました。

会話は相手に伝える必要があるときにすればいいのではなく、会話そのものが、人とつながる場、ともに生きることを学ぶ場になるのです。



「勝負なし法」

親子間の問題を解決するための方法として、アメリカの臨床心理学者ゴードン博士の「勝負なし法」があります。

親が勝つか、子が勝つか、ではなく、親と子が話し合いのテーブルについて、互いが納得できる解決策を探していきます。

ここでもポイントは親子の話し合いなのです。



一個の人格として

子どもを独立した一個の人格として認めると、共感し、問いかけて、その場の話を豊かにつくりあげることができます。

親子の会話で「あなたはどのように考えているのか」と問いかけあい、人としてつながり、共に生きることを学び合えるのです。

それは、子どもの成長を促します。



子ども自身の成長に

「等話」では、自分が問いかけることで、人から示唆を得たり、学んだりすることができます。

すると、自分自身の中に今足りないことや自分が持っている力に改めて気づくことができ、成長への意欲が高まります。

このことは、子どもの思春期のアイデンティティーの確立にもつながります。



相手の背景を理解

「問いかける」には、自分の考えにこだわっているだけではだめで、相手の言葉が出てきた背景に興味を持って、それを理解しようとする努力が必要です。

企業なら、相手の事業や業績を知っておくべきでしょうし、子どもなら、言葉の裏の感情や思いをていねいにくみ取るのです。



理解の手段「傾聴」

実は、相手の言葉の奥にある思いや考えを聞き取る手法については、以前「傾聴」をテーマに一度お伝えしています。

相手のことを理解するための参考として、ぜひ、家庭教育応援通信 令和6年度12月号「子どもの話を上手に聞こう」をご覧ください。



親子のいい会話を

子どもと、短く話して、問いかける、という鍛錬を始めてみませんか。

親子の会話から、共感しあう喜びを知り、会話を広げられるようになる。お子様にとっても素敵な提案ではないでしょうか。

「等話」っていうのがあるんだってさ。
うちでもやってみようよ！



今回は
親子の会話をつくる「等話」
について
お伝えしました。
気になったことについて
さらに調べてみては
どうでしょうか。



入間市マスコットキャラクター
「いるティー」