

# 説明する

伝えたいことを、伝わるかたちで

あなたが相手に何かを伝えることを「説明」と言います。でも、あなたの頭の中にあることをそのまま言葉にしても、理解してはくれません。相手の知識や興味に応じて、伝えたいことを整理し、工夫して表現してこそ、相手に届きます。

「分かりやすいな」「なるほどな」と思う説明もあれば、「頭に入らない」「いらいらする」と感じる説明もあります。その違いはなぜ生じるのでしょうか。

## 1 自分が分かっているなら説明できるか

あなたが人に何かを「話して」説明した経験を思い出してください。

- ① 上手く説明できたことは、どんなことだったでしょうか。
- ② なぜ上手く説明できたのでしょうか。理由を考えてください。
- ③ 上手く説明できなかったことは、どんなことだったでしょうか。
- ④ なぜ上手く説明できなかったのでしょうか。理由を考えてください。

自分が話して説明したことが、相手に上手く伝わった経験を思い起こせば、当然、「自分がよく分かっていることだったから」という理由が思い浮かぶはずです。

しかし、上手く説明できなかった理由にも「自分がよく分かっていることだったから」が上がるかもしれません。自分が知っていることは相手も知っていることだと思い込んで説明してしまうからです。素人に向かい、専門家が専門的な内容を専門用語を使って説明する状況を思い浮かべてください。専門家は自分が用いている言葉が専門用語であることすら自覚していないかもしれません。

また、「よく分かっている」人は、最初から詳しい説明をしてしまいがちです。しかし、「よく分かっている」人は、いきなり詳しい話を聞くと、理解できないので、不安になります。聞く気持ちが失せてしまうこともあります。まず、概

略（全体）を相手に知ってもらってから、詳しい話（部分）をすべきです。

こうした失敗は、「相手に配慮しない」ことが原因です。あなたが説明している相手がどの程度の知識や理解力を持っているのか、どれくらいの聞く気（意欲）があるのか、あるいはどんな感情状態なのか（楽しいのか、苦しいのかなど）、といったことに思い至れば、きっと説明はより良くなるはずです。

文章で説明するのに比べて、話して説明する場合は、相手に対するきめ細やかな配慮をすることができます。相手の様子（表情など）を見ながら、話しのテンポや声の音量を調節できますし、「身振り・手振り」も使えます。説明内容の調整もできます。相手がどの程度理解しているか、言葉で尋ねてみることもできます。このような利点を活かし、説明の向上のため、工夫しましょう。

## ポイント

- 話して説明するときは、相手の様子をよく見て、話し方や内容を調整する。
- 相手の様子を見るとき3つのポイント
  - ①知：相手の知識や理解力、記憶力などはどの程度か。
  - ②情：楽しんでいるか、苦しんでいるかなどの感情状態はどうか。
  - ③意：意欲があるか、ないかなどの「やる気」のレベルはどうか。
- 簡潔な全体像を示してから、詳細な部分を付け加えて説明していく。

## 2 「文章」でしか伝えることのできない「厳しさ」

あなたが「芋掘り遠足のお知らせ」を書くことになりました。  
設定は自由で構いません。現実的な内容で、A4紙1枚で作成しなさい。

「話して」説明するのに比べて、「文章で」説明することはかなり難しいことだと言えます。なぜなら、相手に届くのは文章だけです。よほど注意を払って書かなければ、読み手は読み手の文脈で勝手に文章を読んでしまうからです。これは誤解のもとです。また、分かりにくい文章、難しい文章を書いてしまうと、読み手はちらりと見るだけで、後は全く読んでくれないかもしれません。

# 子どもとの対話を支える表現

温かく、豊かな表現で対話し、子どもを育もう

保育では、いかに子どもの世界に共感し、対話することができるかが問われます。対話を支える保育者の豊かな言葉の表現は、子どもを理解し、関わってことうとする情熱を根源とするものであり、日々、表現を工夫する努力の積み重ねによって自分のものとしていけるものです。

「表現する」ということは、保育者が子どもを理解することですし、関わることを意味します。そのことを学ぶために、「表現する」ということの意義と方法について考えていきましょう。

## 1 まず、子どもの実態を把握しよう

豊かな表現で子どもに応じるためには、子どもの実態を把握することが必要です。以下の場面で、あなたなら、Aさんにどのように応答するでしょうか。

11月のどんぐり幼稚園でのことです。砂場でAさん（4歳児）が型抜きをしています。Aさんは、それをあなたに運んできました。型抜きは刃がくっきりと現れ、肌は凹凸のない滑らかな仕上がりです。上面には、ぷっくりと太ってつやつやしたクヌギの実が真ん中に1つ、それから、まだ落葉したばかりの瑞々しい赤と黄色の桜の葉で、小さな穴の開いたものが1枚あしらわれています。あなたにはムースのケーキのように見えました。

あなたが保育現場に立つと、必ずこうした場面に出会います。初めての實習では、子どもが自分に届けてくれたことがうれしいかもしれませんが。子どもとふれ合う経験がほとんどない初期の段階では無理もないことですが、保育者となるとそれでは務まりません。この事例では、子どもがじっくり集中し工夫し、丹念に



作ったことが一目で分かるので、保育者は、子どもがそれをどのような気持ちでどのように作ったかというプロセスを丁寧に捉えていきます。そして、その読み取りを工夫して子どもに表現しなくてはなりません。

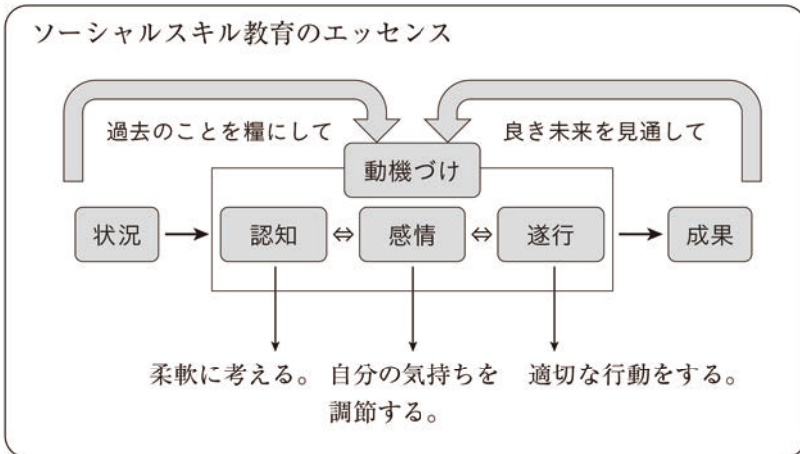
Aさんは、今では上手に水分量を調節してきれいに型抜きできるようになっていて、それを慎重に行って、きれいに仕上げたはずですが。クヌギの実は、膨らみ具合や色具合を選び、桜の葉は、色艶と肉質、そして穴あきの具合を選んでいるに違いありません。そして、上手にできたものをあなたに見せたくて、あなたに喜んでほしくて、届けてくれたのです。

## 2 楽しく、深みのある対話につながる表現を工夫する

①の場面について、次の①②③のように対話すると仮定します。それぞれ、どのような工夫がみられるでしょうか。表現の工夫とその大切さについて考えてみましょう。

	保育者の言葉や様子	子どもの言葉や様子
①	「ありがとう。とってもおいしそうね。きれいね。」	「とってもおいしいですよ。」と得意そうに言う。
	「すばらしい出来映えで感心します。」いかにも感心したように、おいしそうだなと思っている表情を浮かべて言う。	「感心？」
	「そう、感心。感心は、すごいなあって思うこと。」	「ふうん」
	「これは、何が載っているの？」	「これはラズベリー。これはチョコで葉の形を作っています。」と指差しながら説明する。
	「そうなのね。」	うれしそうに保育者の目を見て頷く。
②	「型抜きもすごい、ピシーッと綺麗に決まっていますね。」	「ずっと前、ちっちゃい時は難しかったけど、もう上手にできるから。」と得意そうに言う。
	「それに滑らかで柔らかそう。」	「ふわふわですよ、食べてみてください。」
	「これは、ムースのケーキですね。」	「はい、そうです。」

## ● ソーシャルスキルの学び方



私たちの心は、心理学では、「考えること（認知）」「感じること（感情）」そして、「行動すること（遂行）」の3つに分けて考えることが少なくありません。さらに加えるとすると、「やる気（動機づけ）」でしょうか（上図参照）。

いくら正しい日本語表現を学んでも、状況に応じた表現をしなればうまくいきません。それには、言葉以外の表現も大切です。例えば、目上の人に敬語を使う場合には、本当に心から敬意を感じていることを表すことが大切です。私たちのコミュニケーションは7割が言葉以外のしぐさや表情、声のトーンなどノンバーバルな行動によると言われています。つまり、いくら適切に言葉を選んでも、気持ちが入っていないと相手にうまく伝わらないものなのです。また、最終的に適切な行動をするには、状況に応じて対応できるように行動レパートリーを日頃から広げ、ベストな行動を選ぶ判断力が求められます。さらには、こうした「考える、感じる、行動する」という一連のプロセスがスムーズに機能するためには過去の経験を生かし、未来を望ましいものにしようというやる気（動機づけ）が必要です。

この本では、こうした人間の心のメカニズムを考えた上で、保育の仕事で必要なソーシャルスキルを学びます。すなわち、上の図にあるように、考え方を柔軟にし、気持ちを調節する力を養い、状況にふさわしい行動ができるようになるプログラムを紹介します。

## ソーシャルスキル授業の展開



それでは、こうしたソーシャルスキルの力を育てるにはどうすれば良いのでしょうか。

ソーシャルスキル授業に必要なステップは上の図に示されています。

私たちが、社会人としてうまくやっていけるのは、生まれてからこれまでに、さまざまなチャンネルを通して、ソーシャルスキル（社会性）を学んでこられたからです。簡単にまとめると、下記のチャンネルを通して学んでいます。

☆**インストラクション**：周囲の人から、言葉で教えられています。特に、親から日々いろいろなことを言葉で学んでいます。

例：「こういう時は、相手を傷つけないように〇〇に配慮しなさいね。」

☆**モデリング**：私たちは直接教わらなくても、他人の行動を観察することから多くを学んでいます。人の振りみてわが振り直せ、ということです。

例：テレビで思いやる行動を見て学ぶ。

☆**リハーサル**：頭でイメージしたことを実際に行動を通して練習し、自分の行動レパートリーに加えます。日々生活のなかで知らず知らずにリハーサルしています。

☆**フィードバック**：適切なことを学ぶためには、リハーサルだけでなく他人からの適切なアドバイスが必要です。良いコーチがいると伸びが違います。

☆**ホームワーク**：練習したことを、他の場面でまた他の時間にチャレンジすることが大切です。

ソーシャルスキル編の各章は、上のインストラクション、モデリング、リハーサル、フィードバック、ホームワークから構成されています。リハーサル前の**ウォーミングアップ**には、友達とペアやグループで活動するに当たって緊張をほくすことができる簡単なゲームや深呼吸などをすると良いでしょう。



# 上手に断る

相手を傷つけないように

## インストラクション

頼まれたことをなんでも快く引き受けることができれば、このスキルは必要ありません。ところが、日常生活には、ときにやはり断らなければならない時があるのです。例えば、不必要なもののセールス、借金の肩代わり、あるいは、犯罪への誘いなど。保育の場面でも、例えば同僚から「悪いけど、この仕事苦手だから代わりにやってくれる」とか、保護者の方から「子どもが先生大好きなので、週末遊びに来てくれませんか」など。親しくなったがために断りづらい場面が出てくるかもしれません。もちろんできそうなことであれば問題はありません。でも、自分にその時間がない場合、それをする能力がない場合、興味がない場合に、安易に引き受けてしまったらどうでしょう。

かえって、相手の期待に応えられず、長い目で見れば大きな迷惑をかけてしまうことになるかもしれません。ですから、断らなければならないと判断することはときに必要なことなのです。ただし、断り方が大切です。相手を傷つけるようなものの言い方や態度は望ましくありません。とって、曖昧にもたもたしていると、結局引き受けてしまい、大きなストレスを抱えてしまうことになります。長い目で見ると、頼んできた人のことを恨んだり、思わぬ方向に怒りやストレスが向きがちです。そこで、ここでは相手を傷つせず、自分の意思を伝えられるソーシャルスキルを学びます。

ここでは、「上手に断る」というソーシャルスキルのポイントを押さえておきましょう。

## ポイント

### ・上手に断るための5つのポイント

今まで学んできたように、言葉と言葉以外のどちらもが大切なことはここでも同じです。

- **相手の気持ちへの理解を示す**：「それはお困りだと思います」とか、相手の状況を理解する気持ちを示しましょう。
- **理由を伝える**：理由があればそれをしっかりと伝えましょう。頼んだ側は、なぜだめなんだろうと思うことが少なくありません。
- **できないことへの謝罪**：特に、自分から悪いことをしたわけではないですが、相手の依頼に役立たない、期待に添えないということに対しての謝罪です。「申し訳ない」、「ごめんね」といった簡単な断りでいいと思います。
- **断る表現**：できないとか、断ることについて、やはりしっかり伝えましょう。この言葉がないと、相手はかえって期待してしまい、結局断ることで落胆を大きくすることがあります。
- **代案を立てる**：「今回は役に立てないけど、次回は」とか、違った形で協力できることなど、代案を考えて伝えることで相手の依頼を真剣に受け止めていることが伝わります。

### ・言葉以外のポイント

言葉以外のノンバーバルな配慮も大切です。

断っているのに、明るい声だったり、ふんぞりかえって話したりするのは、誠実さの欠いた印象を与えます。気持ちを込めて話すことは、言葉、表情、姿勢などについても、誠実な印象を本来は与えるはずです。

## モデリング

それでは、次のモデルを見て、ポイントについての理解を深めましょう。

モデル1：Bは、ちょっとそっけないために、相手を傷つけてしまう。

△悪いモデル：

A：「今回、私が〇〇の担当なんだけど、どうすれば良いか分からないのよね。悪いけど教えてもらえない。」

B：「えー、無理。」

A：「…。」

どうでしょう？ なんだか、Aさんはちょっと傷つきそうです。あるいは、むっとするかもしれません。もう少し上手に断ることができないでしょうか？





所属 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

番号 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

## 子どもとの対話を支える表現 — 温かく、豊かな表現で対話し、子どもを育もう

**課題1** あなたが担任している3歳児、4歳児、5歳児クラスの保育場面です。それぞれの場面で、あなたなら子どもにどのように応答しますか。

場面1：5月中旬、まだ日除けがされていない砂場は、抜群の日当たりです。表面は乾き、かなりの熱さになっています。Aさんをはじめとする3歳児4名が、素足で砂場に入り、「熱いー。熱いー。熱い。熱い。」と大きな声を出しながらびよびよん跳び回っています。皆、満面の笑顔です。

場面2：4歳児10月、デカルコマニー（写し絵）をはじめて紹介した時のことです。Bさんは、繰り返し絵の具を垂らしては、さっと紙を折り、開いては、乾燥棚に運んでいます。周囲の子どもは他の遊びに移っていきましたが、Bさんは繰り返しています。Bさんは、一連の動作をととてもスムーズに行い、継続して取り組んでいます（用紙は、あなたがあらかじめA4サイズにカットし、半分に折った色画用紙を用いています）。

場面3：5歳児10月、デカルコマニーを経験するのは2度目になります。ほとんどの子どもは他の遊びに移っていきましたが、Cさんは繰り返しています。Cさんは、絵の具の色を選び、それを慎重に垂らし、画用紙を折り、そっと開いています。開くと今度は目を輝かせて、できた模様をじっくりみえています。それを何度も繰り返しています（用紙は、あなたがあらかじめA4サイズにカットした色画用紙を用い、子どもが自分で折って絵を写します）。

場面4：場面3のデカルコマニーの設定後、あなたは、それを数日残しておき、子どもたちの様子を見ていました。翌日は数名が行い、2日後は2名が2枚行っていました。3日後は行く子どもはいませんでした。4日後、あなたは、しばらく準備しておいた場をこの日限りで片付けるということを子どもに伝えました。誰も残してほしいと申し出る子どもはいなかったため、片付けました。そして、しばらく期間をおき、11月の末、見本（A4サイズ大にカットした色画用紙を2回折り、絵の具を垂らして開いたもの）をいくつか作り保育室に飾っておきました。保育室の一角に環境を準備しておく、あなたの予想どおり、Cさんは折る回数や折り方を変えて試しています（用紙は、あなたがあらかじめA4サイズにカットした色画用紙を用い、子どもが自分で折って絵を写します）。

所属 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

番号 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

フィードバックシート

## 上手に断る — 相手を傷つけないように

**課題1** 「上手に断るスキル」について、考えたことを書いてください。

---



---



---



---

**課題2** 「上手に断るスキル」はどのようにして大切なのでしょう。あなたの意見を書いてください。

---



---



---

**課題3** 何か頼まれて断る場合をペアでやってみて、下のことができているか、自分でチェックしてみましょう。

もう少し ふつう よい

- |                       |               |
|-----------------------|---------------|
| (1) 相手の気持ちに添う言葉を言ってる。 | ( 1 - 2 - 3 ) |
| (2) 理由を説明している。        | ( 1 - 2 - 3 ) |
| (3) 謝罪の言葉を入れている。      | ( 1 - 2 - 3 ) |
| (4) 代案を立てている。         | ( 1 - 2 - 3 ) |

**課題4** 言葉以外のところに注意を向けて（相手に身体を向けること、相手の方を見ること、声のトーンや速さ、低めにゆっくりなど）、自分でポイントとなることを考えて、それについてできているかチェックしてみましょう。