

テーマ「クラスの中での人間関係づくり～構成的グループエンカウンター（SGE）の演習を取り入れて～」

講師：住本 克彦（新見公立大学/新見公立短期大学 教授）

1 不登校の子どもたちとのかかわりで学んだこと

(1) 受け止めてくれる人の存在

受け止めてくれる人が居れば、心のエネルギーは溜まる。また、教師であれ親であれ家族であれ、「ほんまもん」でないと心のエネルギーは溜まらない。我々大人が子どもにとってのキーパーソンになれるかどうか問われている。特に、家庭の支え、家族の支え、家に居場所があるかどうか。自分自身にとってのキーパーソンは誰か。過去にそういう人との出会いがあったかどうか。それを子どもが実感できるかどうか大きな鍵となる。

(2) 学校へ行くことのストレス

子どもには学校へ行くことは大人の想像以上のストレスがかかっている。目の前の子どもたちにエネルギーがあるかどうかを見極めることが必要である。もし教師から見て子どもにエネルギーがないと査定するならば、無理な登校をさせると余計に子どもたちに負荷を与えて不登校が長引くことにつながり、慢性化してしまう。

(3) 教師自身の自己肯定感、自尊感情

教師自身が自己肯定感や自尊感情を持たないといけない。教師が自分自身に「私は今日一日頑張ったね」「誰も見ていなくても私は見ている」と言葉かけすることが必要。現在、学校現場はそれくらい大変な場所であると思っている。

(4) 好きなことに没頭すること

好きなことに没頭すると心のエネルギーが溜まる。「またアニメ見ているのか」「スマホばかりしているのか」という減点主義の考え方ではなく、「この子は、まだ自分の好きなことに没頭できるエネルギーがあるのだな。」という加点主義の考え方が大切。加点主義は自尊感情の向上にもつながる。「少し笑顔が見られるな」「顔色そんなに悪くないな」という見方をしたい。

(5) 父性と母性

我々は父性と母性の両方を持っているが、まずは、子どもの考え方に合わせる、受け止めるという母性の部分を深くして子どもにかかわることが大切。同じ時間や空間を共有する中で、大人の許容力や受容力を高めていきたい。腹痛、頭痛などを含めて心身症が出ている時は体がSOSを發し、心のエネルギーが減っていると判断して登校刺激は避けるべき。このように母性を前面に出してリレーションの形成をする。関係ができれば「この先生の言うことだったら聞こうか」と本人が実感する。こういう関係ができれば以後は父性を出しても大丈夫。信頼関係ができていない段階で父性中心に接するとさらに関係が悪化していく。

(6) 人生とは

人生とは思い通りにならないもの。思い通りにならないものであるから常に軌道修正しながら進んでいくことが大切。誰しも軌道修正の連続である。

2 構成的グループエンカウンターの話を進める中で

構成的グループエンカウンターというカウンセリング技法を活用することにより、いじめや不登校等子どもたちの問題行動の予防、あるいは子どもたち同士の人間関係を作ることに非常に効果があると考えている。今、アクティブ・ラーニングが学校現場で取り組まれているが、アクティブ・ラーニングと言う授業方法を用いるにしても日頃の学級経営、クラスづくりが非常に大きな関係を持っている。そのための構成的グループエンカウンターを学んでほしい。

(1) 条件をつける

3つの条件をつけて行う。1つ目の条件は「時間」。「今から3分以内」とか「今から5分以内」とかの時間

の条件をつける。2つ目の条件は「テーマ」。「こういうテーマで話さない。」などとテーマを提示する。3つ目の条件は「グループサイズ」。「3人」とか「4人」とか「5人」など。最も効果的なのは5人程度。7、8人となると子どもが自己開示しにくくなる。

(2) 教師の自己開示

教師の自己開示の量と質が子どもたちのモデルや手本となって広がっていく。したがって、まずは教師の自己開示が重要になる。人間は自己開示をした人に親近感を持つものであるから、自己開示は人間関係づくりにおいて非常に効果大きい。エンカウンターとは「出会い」や「触れ合い」のことである。

○「天国のお父ちゃん」長谷川義史/講談社の紹介（住本克彦教授の自己開示実演）

「本当に僕はお父ちゃんのこと大好きだったんだなってことが伝わってきますし、家族愛の素晴らしさをみんなに紹介したいなと思って紹介しました。」では教師の自己開示が浅い。「先生、この『天国のお父ちゃん』を読んでね、お父ちゃん死にたくなかったやろなー、お父ちゃんもっと長生きしたかったやろなー、どれだけお父ちゃん悔しがって死んでいったか。先生も3人の娘がいるお父ちゃんとして、お父ちゃんの立場でこの絵本を読んだんだけどお父ちゃんもっと長生きして僕との思い出、家族との思い出もっとたくさん作りかかったやろな。本当にお父ちゃん悔しかったやろな。そんなことで『天国のお父ちゃん』をお父ちゃんの立場で紹介したいなと思って紹介しました」と言って紹介すると、深い自己開示ができる。まず教師が自己開示をし、本音で語れる場を設定していくことが大切である。

○NHK人間ドキュメント「さよならレザン」の番組紹介。（住本克彦教授の自己開示実演）

最近見たテレビ番組で感動したものを紹介することもひとつの自己開示の方法

○新見公立大学における授業風景紹介（住本克彦教授の授業）

教師からの知識の伝導だけが主体となりがちな大学の授業ではあるが、大学でも構成的グループエンカウンターを取り入れながら人間関係を作っていく協働学習を進めている。

(3) パーソナルスペース

誰にもコミュニケーションの取りやすい距離というものがある。それをパーソナルスペースという。カウンセラーは日常からこの距離について慎重に対応しているつもりだが、それでも子どもたちのパーソナルスペースに入り込みすぎている場合がある。特に対面法の場合は威圧感を与える。対面法の場合は少しずれると良い。少しずれると自然と視線を外しやすいから。まずは、それぞれのパーソナルスペースを確認すべき。心のエネルギーが弱くなっている子どもほどパーソナルスペースに敏感なものである。

(4) 百聞は一見にしかず

構成的グループエンカウンターを教えるには「百聞は一見にしかず」の場を作ることが大切である。また、教師が構成的グループエンカウンターの研修を受ければ授業がうまくなるとも言われている。構成的グループエンカウンターを勉強した人は日々のアクティブ・ラーニングにも活用している。

(5) 命の教育

いくら構成的グループエンカウンターに効果があると言っても、そのままでは単なるスキルである。本当の教育にするには、命の教育をベースにすることが大事である。河合隼雄先生は、「教育は人なり。命の教育も人なり。教師が一人の人間として自分の人生、自分の命とどう向き合うか、そこをしっかりとできていないと子どもたちに命の教育は実践できない」と言われた。教師自身が自分の命や家族とどう向き合っているかが問われる。

(6) 心の窓論

カウンセリングしている4割から5割は背景に発達障害がある。例えば、ADHDでプラレール、中でもドクターイエローに強いこだわりがある子どもであるならプラレールで繋がるようにする。その中でもドクターイエローであればドクターイエローで繋がるようにする。これを「心の窓論」という。「自分でも人に教えることがあるのだ、自信が持てる部分があるのだ」と実感させられれば自己肯定感、自尊感情を高めることになる。そして、心のエネルギーを溜めさせていくことになる。心的エネルギーと自己肯定感、自尊感情は関係が深いものがあり、心的エネルギーが溜まらないと再登校できない。

(7) 守るべき事柄

自分にどうしてもできそうもないことを引き受けないという「自己防衛」。他の子のことについてあれこれ言ったり、子どもの言動に同意したりしない。つまり、「中立を保つ」。そして、「守秘義務」。どんなことでも秘密は必ず守ること。

(8) 教師という仕事

教師という仕事はストレスフルである。その理由のひとつとして仕事の対象が「子ども」「保護者」「地域」というように重層的であること。もうひとつの理由は、仕事量にきりが無いこと。いくらでも仕事をしようと思えばエンドレス。オンとオフの切り替えをしないと体も精神面ももたない。

(9) エンカウンターのリーダーとして

エンカウンターのリーダーとしてしっかりと押さえておかないといけないこととして、「心を込めたごめんください」が言えること。例えば、「せっかく誘ってもらったのに」「誘ってくれてありがとう」「その日ちょっと用事が入っている」「良かったらまた誘ってね」という感じ。それと、「アイ・メッセージ」を送ること。言い換えると、「私メッセージ」。「それについて私はこう思うよ」「実は私は今、そのことについて迷っている」と「私メッセージ」を伝えることによって、「一生懸命考えてくれている」と子どもたちにも保護者にも伝わる。

3 まとめ

(1) 自己肯定感と学力

子どもの自己肯定感を高めれば学力の向上につながっていく。そういう意味でも自己肯定感を育てていくことは非常に大事なことである。しかし、おそらく教育現場では、自己肯定感をいかに高めるかということが大変大きな課題の1つだと思う。そのためにもいろいろなカウンセリング技法等を学んでいただきたい。

(2) 学級崩壊しているクラスとそうでないクラスの違い

学級経営をしていく上で非常に大事な柱として人間関係づくりとルール徹底が挙げられ、この2つができていないと当然のことながらアクティブ・ラーニングの効果を出せない。ただし、学級崩壊しているクラスは1つのルールが徹底していないのに2つ目、3つ目のルールを加えていく。逆に、学級崩壊していないクラスは1つのルールが徹底されてから次のルールが生まれていく。つまり、ルールを徹底するというのをしっかりと見届けることが大切だ。徹底されているクラスでは、頑張っている子を褒めたり、良い所探しの実践をしたりすることも並行して行うことができる。さらに、学級崩壊しているクラスとそうでないクラスの違いの2つ目は、担任の先生の自己開示の頻度。学級崩壊をしているクラスはほとんど担任の先生の自己開示なしに注意、叱責がなされている。教師の自己開示を聞いた子ども達は教師への親近感を高めていく。いかに教育の場で教師が自分の本音を語るかが問われている。自己開示の意味は、「子どもに心を開くことを求めるならば教師自身が自らの心を開くことをためらうことなかれ」である。

(3) 1対1のリレーション

大学の授業で500人の学生に指導しているが、必ず授業の後の感想やレポートにコメントを書いて500人に次週には返すようにしている。「構成的グループエンカウンター」とは集団を扱うものであるが、基本は1対1のリレーションの形成である。これができていると、非常にこちらの指示が入りやすい。花丸を入れたり、努力している所や適切なまとめ方をしているところはアンダーラインや波線を入れたりしている。それに前述した「心の窓論」なども加えて、1対1のリレーションの形成をしっかりした上で開発的カウンセリング技法を活用するとさらに学級づくりが効果的なものになる。