

伊勢市教育研究所

<http://www.ise-mie.ed.jp/~kenkyusyo/cgi-bin/wiki/wiki.cgi>

E-mail:kyo-kenkyu@city.ise.mie.jp

平成25年8月1日 発行

伊勢市教育研究所

伊勢市小俣町元町540番地

たより



教職員研修講座【教育相談】

講演「子どものころ」

千葉大学カウンセラー・臨床心理士

大竹 直子 先生

7月25日(木)、教育研究所が開催する夏季教職員研修講座がスタートしました。夏の終わりまでに17講座を開催する予定ですが、この日はその初日。参加者の皆さんの教育に対する熱い思いが感じられる一日でした。



「正しいことと良いことは違うんですね。」と、にこやかに柔らかい口調で先生の話がはじまりました。教師の持ち味、子どもの持ち味、また双方の関係性から考えると、理論的に正しいことがいつも良いとは限らないと先生は言うのです。そう言われれば・・・とどこか思いあたるような気がしてきます。そこで、「つぶやき合える関係って大切なんですよ。同じテーブルの先生とどうぞつぶやき合ってください。」

と、先生は参加者に語りかけます。つぶやきながら自分の考えを確かめているのでしょうか、会場に笑顔が広がります。わずかの間に先生と参加者の皆さんがつながった感じです。

先生は、子どもを取り巻く状況を「ピア・プレッシャー＝同調圧力」という言葉で説明してくれました。今の子どもたちは、仲間はずれにならないように周りの子どもに合わせることにエネルギーを注いでいるというのです。自分の気持ちよりも周りに意識が向いている子どもたち。自分を見失い、何となく不安で何となく疲れている子どもたち。自分と向き合い、感じ、表現することで自分を取り戻すこと、自分らしさを実感することが、今の子どもたちに必要なのだと先生は続けます。

それでは、周りの大人はどうやって子どものころをわかればよいのでしょうか。先生は、「解る・判る・分かる」の3つの「わかる」について話され、「分かる」(相手をあ

るがままに受け入れて相手の在りように沿う)という「受容」と「共感」が大切だと言います。カウンセリング的な関わり方が、今求められているのです。

続いて、大人は子どもの何をわかろうとするのかについて話されました。「大人はみんな私のことなんてどうでもいいんだもん・・・」とつぶやく不登校の子どもを例にあげ、分かりたいのは「子どもの気持ち」だと話します。否定も肯定もせず、「そうなんだ・・・そう思っているんだね。」と子どものところに共感することが大切なのです。



最後に、子どものところと向き合う時の具体的なポイントを話してくれました。その中で心に残ったことをいくつか紹介しましょう。

話を聴く構えをつくる!

忙しくてチャカチャカした頭ではところと向き合うことはできないのです。落ち着いてゆったりした気持ちで相手に向き合い、子どもが安心して自分を表現できる環境を作ることが大切です。

評価しないこと!

子どもを虐待してしまう母が相談にきた例をあげ、「苦しいんですよね。ついついやってしまうんですよね。」と、否定も肯定もせずに思いを共有することで次の話し合いにつながるというのです。無自覚に評価してしまうと、子どものところに寄り添えないのです。

わかったつもりにならないこと!

言葉は完全なものではなく、気持ちの一部分。学校に行きたくない子の気持ちを例にあげ、その子のところの中はいろいろな気持ちがぐちゃぐちゃになっていて、とても言葉だけでは言い表せないと言うのです。わかったつもりにならず、「そうなんだ。」と認めていくことが大切なのです。



言葉を補うこと!

「死ぬ」「殺してやる」という言葉に対し、「そんなこと言うものじゃありません!!」「何てことを言うのですか!!」と過剰に反応しないで、「それくらいやさしかったのかな。」「たまたまなくやさしいって気持ちなのかな。」と言葉を補うことが大切だと言うのです。子どもの言葉を引き出しながら子どものところに迫っていく。子どものところの表現を言葉で補ってあげる。そうすることで子どもも表現しやすくなり、適切な言葉で表現するようになるというのです。

私メッセージで！

帰宅が遅くなった時にかける言葉を例に出して説明してくれました。「何やってたの!!」「何時だと思ってるの!!」という言葉の主語は「あなた」。「心配してたのよ。」「何かあったのかと思ったわ。」の主語は「私」。あなたメッセージは、責められているような気持ちになり、自己否定感が強くなるといいます。一方、私メッセージは、どうすればよいのかを考えるようになり、自分がとった行動の意味が生まれるのだそうです。

Doing より Being !

子どものころと向き合う時、いいことを言ってあげる **Doing** より、心をこめて一緒にいる **Being** が子どもたちの力になるといいます。大人が困っていることと、子どもが困っていることは違うのです。



休憩の後は、「つながり地図」や「がんばっているね！」などのシェアリング。「つながり地図」では、自分を中心に、より大切な存在を大きな丸で囲んだり、自分にとって近い存在のものは近くに、遠くのもの遠くに置いたりしながら、自分の「つながり」の地図を描いていくのです。一息ついたところで、出来上がった地図をあらためてながめてみると、つながりの中で生きている自分の姿を見つけることができるのです。



最後に、グループで「がんばっているね！」の活動がはじまりました。だれも気づかないけれど、だれからもほめてもらえないけれど、自分が「がんばっていること」を仲間と交流し合うのです。人と比べるのではなく、自分自身ががんばっていると思うことを、何でもいいから発言し、周りの仲間から拍手と「がんばってるねーっ！」の声をかけてもらうのです。拍手の音がだんだん大きくなり、互いに称え合う声も大きくなっていきます。あちらこちらから歓声と拍手が聞こえ、会場いっぱい笑顔が広がりました。



アンケートより (一部抜粋)

- ・子どもと向き合う時に話を聞く構えができていないことが多くあったな・・・と、反省、反省でした。「つながり地図」「がんばってるね！」など、子ども達とできるやり方で楽しみながら認め合う機会のきっかけにしていけたらなと思いました。忙しさを理由に自分が中心になりがちなので、ゆったりと子ども中心でかかわれるよう頑張りたいと思います。
- ・カウンセリングの関わり方と保育の際の関わり方はとてもよく似ていると思いました。安心できる場、安心できる人間関係をつくるのがまず第一歩なんだと思います。今までほめることに重点をおいていましたが、評価につながらないほめ方(一緒に喜ぶこと)をしていこうと思います。
- ・分かっているようで分かっていない、普段からできているようで全然できていないことに改めて気づきました。ついつい何かをしてあげたい、応えてあげたいと思ってしまうのですが、まずは受け止めることから大切にしていきたいと思います。
- ・先生の話聞きながら、学校で対応に困っている子の顔を思い浮かべていました。私の対応がこうだったら・・・話を落ち着いて聞けていたら・・・そんな思いでいっぱいです。うちの学校には、ただ話を聞いてほしい子、うまく言えず暴言になる子がたくさんいます。今日話を心にとめて、九月からじっくり向き合ってみたいと思いました。
- ・「言葉は気持ちの一部」がとてもよく分かります。時間を有効に、心ゆったりと、私自身がしないといけないなと思いました。
- ・最初の方は、はっとすることが多くありました。「あっ、生徒の気持ち考えてないなあ。」とか「自分の感情で怒っているなあ。」とか。反省しなくちゃいけないこと、考えなければいけないことが多くて、少し落ち込みそうになりました。しかし、深呼吸して、自分のことや頑張っていることを言葉にしたらずい楽になりました。焦らなくても、自分ができることを少しずつやっっていこうと思えました。また明日から頑張れそうです。

この講座は、たくさんの申し込みがあり、お断りさせていただいた方もありました。申し訳ありませんでした。

8/21「学級経営」、8/22「通常学級における特別支援教育」は、もう少し余裕がございます。内容的にも似ている部分があると思いますので、ご希望の方は教育研究所にご連絡ください。

伊勢市教育研究所

0596-22-7900

