

カウンセリング技法に学ぶ「ありがとう」の気持ち

「ありがとう」を言い出しにくい場面で

「ありがとう」を言える力を育てる

——モラルスキルトレーニングとケア倫理

上越教育大学教授
林 泰成
はやし やすなり

はじめに

近年、人間関係が希薄化しているとよく言われる。「孤独死」とか「孤立死」というような、誰にも気づかれずに亡くなるという事態が増えているとの報道もある。また、かかわらないことをやさしさとみなす若者が増えているとの主張もある(1)。こうした時代に、「ありがとう」を言える力を育てるためには何が求められるのだろうか。

一見したところ、「ありがとう」という感謝の言葉を口にするには、そう難しいことではない。お世話になったという気持ちがあれば、それは自然と言葉となつて現れてくることであろう。しかし、「ありがとう」とい

う言葉を口にすべき状況だということに気づかない子どももいるし、その言葉を発することに気恥ずかしさを感じる子どももいる。また、お世話になったというような気持ちは、お世話する人とお世話される人との間でずれが生じることもある。お世話する方は、「私がこんなに親切にしてあげているのに、あの人はありがとうとも言ってくれない」と思っている、相手が「頼みもしないのに、余計なお世話だ」と思っているということとは、大人工士の関係においてもよくあることだ。

そこで、ここでは、「ありがとう」を言い出しにくい場面で「ありがとう」を言える力をどう育てるかを、モラルスキルトレーニングとケア倫理の考え方に基づいて取り上げることにしてしよう。

手本を示す

「ありがとう」という言葉を言えない子どもたちに、その言葉を言わせるには、手本（モデル）を示すことが効果的である。人間は、多くのことを、手本をまねることとで学習している。これをモデリングと言う。

具体的に言うと、学校で教師が子どもたちに「ありがとう」と言い、家では、家族が子どもたちに「ありがとう」と言う。それが手本になる。

しかしそれだけではまだ不十分である。「ありがとう」という言葉を言われたときの反応についても手本を示すのがよい。たとえば、教師が同僚に対して「ありがとう」と言い、相手が「いいえ、どういたしまして」とか、「そんなたいしたことじゃないから気にしないで」などと言う場面、あるいは、妻が夫に（また逆に夫が妻に）対して「ありがとう」と言う場面を子どもたちに見せたい。感謝の言葉を言うことは、その言葉を口にするだけで求められるのではなくて、その言葉を発する必要性のある複合的な状況を理解することが前提となっているからである。お母さんに「ありがとう」と言ってもらったお父さんが、嬉しそうにしている様子を

子どもたちが見れば、その言葉で揺り動かされる父の気持ちをも学ぶはずである。

さらに、子どもたちに「ありがとう」と言う言葉を掛けるだけでは、「ありがとうございます」という丁寧な言い方を学ばせることにはならない。そうした言葉は、教師が、校長や教頭、年上の同僚に対して「ありがとうございます」と言うことで手本を示すことができる。私は学生に対してもできるだけ「ありがとうございます」と声を掛けることにしている。

型から入って、型から出る

手本をまねることを通して学習させるということは、ある型を教えるということになる。こうしたことを意図的に仕組んだトレーニングプログラムが、ソーシャルスキルトレーニングである。感謝の言葉を言うということをまったくできない子どもにとっては、そうしたトレーニングが必要である。

しかし、一方で、そのやり方がわかっていながら、それができないという場面もある。行動面での学びだけでなく、心を育てるということも同時に求められるのである。そうしたことを配慮し、心の内面の形成をも意図し

たスキルトレーニングのプログラムが、モラルスキルトレーニングである。

モラルスキルトレーニングは、道徳授業の方法としてまず提案されたものである。それは、道徳の資料を用いながら、ペアインタビュウやロールプレイを通して、道徳的行動のスキルを学習し、同時に道徳的価値の自覚を深めていこうとするものである。これまでの実践報告の中には感謝の言葉を言うというものもある。

このモラルスキルトレーニングは、道徳授業だけに過ぎず、カウンセリング場面でも有効であると私たちは考えている。ちょうどソーシャルスキルトレーニングが、それを必要とする人を対象にして個別に行われることがあるのと同じように、とりわけ道徳的スキルの獲得が必要とされる子どもに対して個別指導の場面で実施可能である。

その際とくに求められるのは、ロールプレイなどを通して模擬的に演じてみるということ、その演技の際にどのような気持ちの変化があったかということの確認である。

ロールプレイでは、子どもたちに、できるかぎり、自由な役割の創造をさせたい。ある型にはめるといっただけ

でなく、場面が変わっても応用できるように、型を超え出るような支援が望ましい。

気持ちの変化の確認は、ロールプレイ後のシェアリング場面で行う。プレイしている場面では気づかなかったことに気づくということもある。

振り返りのきつかけとしての問いかけ

子どもたちは、学習場面だけでなく、遊びの場面や生活の場面などさまざまな場面でさまざまなことを学んでいる。しかし、そうした日常的な学びは、本人に十分な意識がなく、気づかなかつたり、気づいてもすぐに忘れ去られることも多い。そうしたときに、役立つのが、大人からの問いかけである。「いまどんな気持ちがあったのかな」「さっきとは気持ちはどう変化したの」「これをやってみて相手のことをどう感じたのかな」などと問いかけられることで、子どもたちは今の自分の行動を振り返り、他者とのかわりを振り返り、言語化して学ぶのである。したがって、シェアリングの場面だけでなく、さまざまな個別指導場面で、教師だけでなく、カウンセラーや親も、子どもたちに気持ちの動きを問いかけていたいただきたい。同時に、子どもたちから「ありがとう」と言

われたときには、その言葉を聞いて自分がどんなふう
感じたかを子どもたちにぜひ伝えていただきたい。

.....
かかわり合いの倫理に学ぶ
.....

ケア倫理と呼ばれるものがある(3)。ケアとは、介護
とか、世話とか、配慮とか、気づかいとかを意味する言
葉である。このケア倫理は、キャロル・ギリガンという
アメリカの女性心理学者が唱えてよく知られるようにな
った。彼女は『もうひとつの声』(4)という書物の中
で、道徳心理学者ローレンス・コールバーグの説いた正
義推論を中心とする道徳性発達論の考え方を男性的なも
のだと批判し、それに代えて、大雑把に要約すれ
ば、女性は、困っている人を見れば何が正しいかなどの
判断を後回しにしても助けようと考えるのだ、と説い
た。それがケア倫理である。

ケア倫理は、人と人のかかわり合いを中心に据えた倫
理である。それは、何が正しいのかを自らの内なる道徳
原理に照らして考える西洋の伝統的な倫理観とは根本的
に異なる。ギリガンは、男女差の問題としてこうした議
論を展開しているが、これはじつは文化差としてもとら
えられる。というのも、日本の伝統的な倫理観は、ケア

倫理だととらえることが可能だからである。

「ありがとう」と言うということを、もし正義推論の観点から見たなら、それはマナーの問題であつて道徳の問題ではないということになるだろう。というのも、それは慣習的な問題であつて、普遍的な原理に基づいた理性的な判断を必要とはしないように思われるからである。だが、ケア倫理の観点から見れば、それこそが道徳の中心にあるものだとと言える。

こうしたことから言えるのは、「ありがとう」という感謝の言葉を言うということは、個人の行動に加えて、個人の心の内面の問題として扱つても、まだ十分ではないということである。人と人とのかわり合いを大切にする集団の存在が、じつは重要な意味をもつのである。もしそうした集団が、現代社会では、十分育っていないとすれば、まずそうした集団づくりから始めないといけないのではないか。

おわりに

「ありがとう」を言える力を育てるために、ここで述べてきたことは、①ソーシャルスキルトレーニングやモラルスキルトレーニングを通して行動の指導を行うとい

うこと、②モラルスキルトレーニングを通して心の内面の育成を図ること、③社会全体で集団づくりをするということ、である。

カウンセラーや親の立場で考えると、目の前にいる子どもを支援するために、ソーシャルスキルトレーニングやモラルスキルトレーニングなどの技法から学ぶということになるだろう。だが、合わせて考えてほしいと思うのは、周囲の大人がどれだけその子とかわり合いをつくることができるかという問題である。その子を取り巻く人間関係が多様であればあるほど、人間関係を学ぶ機会は増える。「ありがとう」を言い出しにくい場面で「ありがとう」を言える大人がどれだけいるかということが、その子どもの力の育成に影響するのである。

〔文献〕

- (1) 大平健『やさしさの精神病理』岩波書店、一九九五
- (2) 林泰成(編)『小学校道徳授業で仲間づくり・クラスづくり』モラルスキルトレーニングプログラム』明治図書、二〇〇八
- (3) 林泰成(編)『ケアする心を育む道徳教育——伝統的な倫理学を超えて』北大路書房、二〇〇〇
- (4) キャロル・ギリガン(著)、岩男寿美子(訳)『もうひとつの声——男女の道徳観のちがいと女性のアイデンティティ』川島書店、一九八六