

# 子どもの気持ちがつかめなくなつてしまったときに

上越教育大学大学院准教授

稲垣 応顕 いながき まさあき

## はじめに

われわれ教師は、日々子どもの言動に一喜一憂する。また、子どもとの良好な関係が常が続けばよいのであるが、われわれが気を抜くとそれはあつという間に崩れていく。なぜならば、子どもたちは日々成長し、思考と気持ちが揺れ動き変化するからである。一方、何らかの原因で子どもとの関係が思うようにならなくなると、われわれは気持ちを焦らせ自らを煽り、振り回すようになる。その結果、子どもへの働きかけが空回りし、負のスパイラル(悪循環)現象を起こしてしまう。そして、本稿のテーマに即して言えば、本当に、子ども

もの気持ちがつかめなくなつてしまうことがある。

そのような事態に陥ると、われわれ教師は「僕(私)は、ダメな教師なのかなあ」などと思いがちになるのが通例であろう。筆者は、教師がそのような立ち止まり自分を振り返ること自体は、悪いことではないと考えている。そこを素通りしてしまう教師は、プロフェッショナルとしての成長が見込めないからである。ただし、その「僕(私)は、ダメな教師なのかなあ」と思う際に、「I am not a good teacher.」ではなく、My teaching is not good. と心の中で訳してほしいのである。なぜならば、前者は、自分を全否定しまっているからである。この表現で自分に話しかけると、極端な場合には心の中が挫折感と自己否定感でい

っぱいになり、「僕（私）は、教師には向かないのだ。何か違う仕事を探そう」という発想に傾くからである。しかし後者であれば、それは方法論の問題になってくる。方法論ならば、いくらでもある。何も自らを追いつめ、落ち込む必要はないのである（1）。

以下、その方法の探し方について、筆者が専門とする教育カウンセリング心理学の視点からいくつかを述べていきたい。

## 認知の転換を図る

ユダヤの諺に、「探し物をして見つからないとき、

最後に探す場所は自分の心の中である」がある。筆者は、この言葉が本稿のテーマにも援用できると考えている。すなわち、まず焦り苛立ち、憤りを感じてヒートアップしている自分自身をクールダウンさせ落ち着かせよ、ということである。目一杯に水が注がれている心のコップには、それ以上の水は入らない。その水を少し空けると、次の新鮮な水を注ぎ入れる隙間ができる。すなわち、心にゆとりが生じる。そして、そのようにして自分を落ち着かせたならば、自分の価値観

や発想、思考、子どもへのかかわり方を点検するとよいと思われる。われわれは、一生懸命になればなるほど、えてして一つの方向からだけ子どもや物事を捉えがちになるのではないだろうか。認知療法では、価値観は一つではない、という考え方を採用する。これに関連して述べれば、論理療法の開発者であるアルバート・エリスは、「人生に八方塞がりはない。（中略）道は必ずある」と述べ（2）、東京大学名誉教授の養老孟司は、「物事を一方向からだけ捉えようと、行き詰ってくる。いろんな視点から眺め直すと、新たな発想や展開が出てきやすい」と指摘する（3）。筆者は、その通りであると感じる。したがって、自己の点検作業を行うに際しては、自分の中に一つでも多くのポケット（理論・手法）をもつことが望まれる。動きの鈍くなっている気持ちを奮い起こして、とりあえず、子どもの心理や指導方法に関する本を読んでみるのも方法である。一つの理論が構築されるまでには、その基に多くの実践とデータがある。理論は、それらの実践やデータが抽象化されているため、その通りには使えないまでも考え方の道標になる。ちなみに筆者は、理論のない教育実践はあり得ないとも考えている。

一方筆者は、あらゆる教育実践において抽象論は意味をなさず、常に具体論（だからどうするのかといった具体的方法・手続き）が必要であるとも考えている。

今日、カウンセリング心理学の領域においては、その理論に基づいてさまざまな個別・集団対応（個別・集団心理教育）の手法が開発されている。それらは、やはりマニュアル通りのやり方では使えないことが多いものの、子どもとの実際のかかわりでわれわれ教師が何をどこからどうすればよいのか、そしてそれをどのように振り返れば（評価すれば）よいのかについて示唆を与えてくれる。それらを参照しながら、今の自分の見方に偏りがなければ、見落としている視点はないか、という発想で自己点検していくとよいと思われる。そして、それを踏まえてポジティブ発想で自分に使えるような方法・手法はないかと思考（イメージ）を巡らすのである。

## チームコンサルテーション

教師のチームコンサルテーションとは、筆者なりの表現で言えば、視点の異なる教師の間で行われるピ

ア・サポート（仲間同士の支え合い）であり、作戦会議である（4）。

子どもの気持ちがかめなくなっていることを周囲に話すのは、ともすると自分の教師としての資質のなさを示すように感じ、恥ずかしさを感じる人もいるかもしれない。しかし、何事においても困ったときはお互いさまである。自分自身が袋小路にはまっているのであれば、同僚や上司の助けを借りるのが得策である。良好な感情交流のできる同僚や頼れる上司は、子どもの気持ちが見えなくなっている教師にとって、モデルとなりパートナーとなりサポーターとなってくれる。

そして、そのような同僚や上司との情報交換を交えたチームコンサルテーションは、子どもの気持ちが見えなくなり苦しむ教師の①メンタルヘルス維持のために、②前節で述べた認知の転換を図るために、③教師間の共通理解と連携を促進するために、④できるだけ早期の問題解決を図る実践のために、有用に機能する。

その際、ジェンドリンが述べるとおり（5）、コンサルテーションを求める教師が、単に愚痴や子どもまた保護者などへの批判ばかりを繰り返しては、話が前に進んでいかない。自己開示による感情表出ができ

ることが功を奏する。自己開示とは、①これまで（過去）の自分の子どもとの実践と結果、②現在の自分の気持ち、③これからに向けた自分の価値観、を飾らずに偽らずに話すことをいう。それにより、チーム内の感情交流が促進されやすくなる。異なる視点からの情報提供や問題解決に向けたアイデアが出てきやすくなる。

蛇足であるが、筆者は勤務する大学で自身のゼミの合言葉を「苦勞の数×乾杯の数÷ゼミの絆」としている。ラグビーの名言である、「一人は全体のために、全体は一人のために」も同様の趣旨であらう。仲間がいるという感覚は、われわれ教師にとっても子どもたちにとっても、行動を起こす際に大きな助けとなる<sup>4</sup>。

話を本筋に戻せば、コンサルテーションの中で教師は、できるだけ「自分には、よく理解できないが○○という場面で、××ということがあった」、「最近、いつも△△といった様子なのだ」というように、わからないこと（見えないこと）について具体的場面を通して話せるとよい。そのほうが、聞き手の教師たちはイメージが湧き、具体的な示唆やアドバイスが出しやすくなる。まとめて言い返せば、子どもの「気持ち」がわからないのであれば、その子どもの特徴的な様子を行

動レベルで観察し報告できることが望ましい。行動理論の根本的な考え方には、心は目では見えない。しかし、心の様相はその人の行動にあらわれる<sup>5</sup>がある。

なお、筆者は自身がそのような会をコーディネートする際、横浜国立大学教授の大塚<sup>6</sup>に依拠し、「事例検討シート」を用いることが多い。これは、A4の紙を縦に用い、縦軸に「本人・家庭・学校・その他」を、横軸に「追いかみファクター（その子どもを問題に追いこんでいる要素は何か）」「アンカーファクター（前述の要素は、具体的にどうなればよいのか）」を配した簡便なシートである（手作りできる）。そして、その会に参加した教師が項目に沿ってそれぞれの視点から、普段の授業や部活動・休憩や掃除の時間などでの様子（観察や会話）を通して感じる情報を出し合うのである。さらに、追いかみファクターとアンカーファクターが出尽くしたら、教師を主体として、それは「誰が」どのような方法で「実践が可能かを具体的に検討していくのである。注意事項としては、アンカーファクターを担う役割分担の検討において、たとえば「保護者に○○をしてもらう」ではなく、保護者にそれをしてもらうために教師の誰が、どこで、どのような

な働きかけを行うか、を検討する。

なお、この作業は一人の子どもの多様性を見直すことと同義である。われわれと同様に、子どもの心も複雑である。教師一人の一つの視点では、捉えきれものではないことは多い。

## 心理テストの活用

子どもの気持ちをつかむ（理解する）手段として、可能であればスクールカウンセラーなどとの連携のもとに自分で実施・分析できる心理テストが二―三つあると都合がよい。それは、教師の抱くその子どものイメージに対する裏付けともなる。週刊誌などに掲載されている心理テストは別として、きちんとした心理テストはその開発途上で信頼性（何度実施しても、およそ同じ結果が得られる）と妥当性（測定したいことが、本当に測定できているか）の視点から十分な検討がなされている。したがって、教師が知りたいと思うその子どもの気持ち、教室をはじめとする集団に属する子どもたち全体との比較においてどの辺りに位置するのかが量的に把握できる。平易な表現で言い直せ

ば、教師にとって気持ちが見えなくなっているその子どもは、本当はどのような性格や行動の特徴、教室の人間関係を含む対人関係でどのような意識（気持ち）を有しているのか、などについて、量的側面から概略をつかむことができる。ただし注意点として、やはり人間の心は複雑であるということがあげられる。すなわち、複雑な人間の気持ちを一つの心理テストではかろうとする自体に無理がある。そこで、複数の心理テストを組み合わせ（テストバッテリーを組み）、そのトータルな考察から当該の子どもについての理解を試みるのが、謙虚な姿勢として大切であると思われる。また、心理テストの結果を丸呑みしないことにも注意する必要がある。心理テストで見えてくる結果は、量的な意味合いでの当該の子どもの心理的傾向なのである。これは、教師にとって気持ちがつかめなくなっている子どもが、他の子どもとの比較においてどこに位置しているかは把握できるが、その子どもがなぜそこに位置するのか、といった質的な要素については、把握しきれない場合が多いことを意味している。したがって、心理テストの結果は子どもたちの気持ちをつかむための補助資料として用いることが望ましい。

そして、教師による生の日常観察（行動観察）や上述のチームコンサルテーションで得られた情報、また教師がイメージするその子と照らし合わせながら理解に努めることが肝要だと考えられる。

## おわりに

以上、子ども理解の方法について、いくつかを述べてきた。しかし、もちろんこれがそのすべてではない。もし、当該の子どもと心のパイプ（温かな感情交流・基本的な信頼関係）が築けていると思うならば、思い切って直接に対話し、その子どもの思っている（考えている、感じている）主観的内容の把握を試みてもよいし、その子どもへの保護者、その子どもの周囲にいる友だちなどから情報を得るのもよい。その際は、対話の基本的前提として、教師に受容・共感・自己一致を踏まえた傾聴（Active Listening）の態度があるといよい。また、さきに述べた集団心理教育（構成的グループエンカウンター、対人関係ゲームなど）を実践する中で、言動や振り返りシートなどからその子どもの気持ちを理解するよう試みる方法も考えられるであろう。

さらには、前述した心理テストの実施が難しい場合などでは、その子どもの書いた作文や、描いた絵画などを題材に、スクールカウンセラーなどとの連携のもと、そこから感じ取れる特徴を検討するのもよいであろう。それらの中には、必ずその子どもの気持ちに投影されているからである。

## 〔文 献〕

- (1) 稲垣応顕「教育カウンセリングの理論と実際」稲垣応顕・中嶺裕子「教育カウンセリングと臨床心理学の対話」文化書房博文社、七一九六頁、二〇〇八（初刷、二〇〇六）
- (2) Albert Ellis & Robert A. Harper（著）、北見芳雄（監修）、國分康孝・伊藤順康（訳）『論理療法——自己説得のサイコセラピー』川島書店、一九九四
- (3) 養老孟司『バカの壁』新潮新書、二〇〇三
- (4) 松井理納・稲垣応顕『集団を育むピア・サポート』文化書房博文社、二〇〇九
- (5) E. T. Gendlin（著）、村瀬孝雄・池見陽・日笠摩子（監訳）『フォーカシング指向心理療法（上）・（下）』金剛出版、一九九八
- (6) 犬塚文雄「生徒理解と生徒指導」稲垣応顕・犬塚文雄『わかりやすい生徒指導（改訂版）』文化書房博文社、六二一八〇頁、二〇〇五