

教師の力量形成と生徒指導：実践の歩みを振り返る

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2013-10-16 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 巨田, 尚彦 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10098/7732

教師の力量形成と生徒指導

- 実践の歩みを振り返る -

巨田尚彦

はじめに

福井大学教職大学院にお世話になることになり、自分自身の長い教師としての実践の歩みを振り返る機会をいただいた。教師教育研究 VOL.4 (2010 年度) では「教師の力量形成と研修」、教師教育研究 VOL.5 (2011 年度) では「教師の力量形成と進路指導教育・キャリア教育」をテーマに、拙い歩みの振り返りを試みることができた。教職大学院においては限られた時間ではあるが、多くの熱意あるスクールリーダーの先生方やこれから教師を目指す大学院生の皆さん、更には教職大学院関係の先生方や外部の方々との交流ができ、私にとっては新鮮で自分自身の歩みの振り返りを加速させるものである。教師生活の終盤は学校運営や学校経営に携わることが多くなり、「迷った時は子ども(生徒)に戻ろう!!」と言い聞かせながらも、何かと急いでいた自分が今になって見えてくる。リタイアしてあらためて、教師の力量が形成されていくプロセスとはどのようなものかを深く考えさせられる。

現今の知識基盤社会において、学び続ける教師像が強調されている。それでは、今の時代、教師はどのような力量形成の歩みを続けていけばよいのであろうか。教師の力量形成を思うとき、「教師を育てる」とことと「教師が育つ」とことの二つの面が浮かび上がってくる。「教師を育てる」という面では、大学はじめ上級学校や大学院でのカリキュラムや、教師になってからの初任者研修、経験者研修、免許更新講習などの悉皆研修、その他多くの部門や教育関係機関で実施されている教師対

象の研修や研究会などがあり、そのプログラムの内容が非常に重要なものとなる。一方「教師が育つ」という面では、その道筋は日々の積み重ねであって長期に及ぶ歩みそのものであり、それぞれの学校において教師の資質・能力を高めていく環境や条件を今一度考察し、時代にあった人間関係も含めた教育環境を構築していくことが重要と考える。従来はややもすればこの「教師を育てる」とことと「教師が育つ」とことが乖離していたのではないだろうか。教師の資質能力は、教職に就いてから実際に子どもたちに教える経験のなかで形成される部分が大きいという観点に立ち、教師が育つ道筋を辿り、省察し、そこから浮かび上がる諸課題を「教師を育てる」制度にどのように生かしていくかが検討されなければならない。「教師が育つ」道筋は「教師を育てる」ことに反映されるべきものであって、この両面が影響し合うことによって教師の力量が形成されていくのではないだろうか。このような状況を把握し、教員養成から教師教育 (teacher education) への転換を図り、「教師を育てる」「教師が育つ」両面に視点を当てたのが福井大学の教職大学院の理念であり、カリキュラムであり、学校を拠点とした様々な取り組みであると私は捉えている。この教師教育研究 VOL.6 (2012 年度) では、今の時代に期待される教師の資質・能力について考察し、拙い実践の中から特に長い歩みが必要な生徒指導及びそれに関連する内容を、教師の力量形成の面に着目しいくつか振り返ってみたい。

1 教師の資質・能力とは

(1) 能力論

職業社会では1980年代後半から英米を中心に使われるようになったコンピテンシー (competencies) という能力概念が普及し始め、従来の学力を含む能力観に加えて、その前提となる動機付けから、能力を得た結果がどれだけの成果や行動につながっているかを客観的に測定できることが重要であるという視点になってきた。言葉や道具を行動や成果に活用できる力(コンピテンス)の複合体として、人が生きる鍵となる力、すなわちキー・コンピテンシー (key-competencies) が各国で重視され始めた。(DeSeCo プロジェクトによる3つのキー・コンピテンシー、すなわち「異質な集団で交流する」「自立的に活動する」「相互作用的に道具を用いる」)。そしてこのキー・コンピテンシーが、これから知識基盤社会を担う人々に必要とされるものであり、単なる知識や技能だけでなく生活の中で働く能力であり、技能や態度を含む様々な心理的・社会的なリソースを活用して特定の文脈の中で複雑な課題に対応できる能力となっていくという考え方である。この流れを踏まえて、日本の学校教育においても子ども(以下「生徒」も記述に応じて併用)たちを育む能力として、

2002年(平成14年)国立教育政策研究所から4領域8能力が提示される

- ・人間関係形成能力
(自他の理解能力、コミュニケーション能力)
- ・情報活用能力
(情報収集・探索能力、職業理解能力)
- ・将来設計能力
(役割把握・認識能力、計画実行能力)
- ・意思決定能力(選択能力、課題解決能力)

その後類似性の高い「人間力」「社会人基礎力」「就職基礎能力」などの能力論(厚生労働省など)が強調された

- そして2011年(平成23年)には「基礎的・汎用的能力」として次の4つの能力を提示
- 「人間関係形成・社会形成能力」
 - 「自己理解・自己管理能力」
 - 「課題対応能力」

「キャリアプランニング能力」

さらにこれらの能力は、正解のない課題から知を創造し、表現し、共有する社会に「生きる力」を育むものであり、その基本となるものは学習し、学び続ける力である。とりわけ探究力、協働力、情報活用能力、思考力、判断力、表現力の重要性が提示され今日に至っている。この流れは教師の資質・能力に必然的に関連する。

(2) コンピテンス

現在求められる教師の資質・能力は、コンピテンス (competence) にほぼ近いといえる。しかし、どちらかといえば資質より能力に重きを置いたものとして捉えられている。コンピテンスは、専門職としての教師が知識と実践を総合する幅広い力量を意味するものである。教師が個人として保持している単なる「知識・思考力」(アビリティー ability) や「技術」(テクニク technique) にとどまらずに、知識や技術を新たな状況にふさわしく発揮することができ、確かな成果を生み出すことのできるような、教師と環境とを関係づける「技能」(スキル skill) を核とした広い意味合いの力量であると考えられる。すなわち、変化の激しい時代の学校現場で、どのような学校環境でも、どの子どもに対しても成果を出せるように積極的に応用していくことのできる力量を指しているといえる。そして教育改革のうねりのなか OECD 諸国ではそれぞれの勤務学校に即した改善が追求され、教師の「協働関係」が強調されるようになった。

(3) 教師の資質と能力

教師の資質は生来持って生まれたものではなく、経験の中で育まれていくものではないだろうか。教師に望まれる資質で「子どもが好きですか」という言葉がとりあげられることがよくある。確かに「子どもが好き」という態度は教師の資質の側面に属する。しかし、「たとえ気の合わないと感じる子どもでも意思疎通を図りながらその子を理解しようと努力す

る」資質を發揮するためには、子どもの理解に関する一定の知識と技術を必要とする。生徒指導で悩んでいる教師に対して「子どもをもっと好きになったら」とアドバイスしても、この資質を掴むことは簡単ではない。子どもの発達段階の特徴、子どものつくうソにどんな意味が潜んでいるか、その子の生育歴や背景にどのような家庭背景や地域背景があるかなど基本知識を得ながら指導に生かす技術はどこで習得していけばよいのか。このような技術習得には、「教師を育てる」と「教師が育つ」ことを意識した教育力が学校に存在するかどうかで、大きな差が生じてくるのではないだろうか。日々の学校生活の中でも、例えば先輩から後輩へ伝承することや、テーマを設けて小グループでの読書会や勉強会、更には研修会などを適宜実施していく柔軟性があれば教師お互いの技量を高めていくことができる。さらに知識や技術から能力への移行は可能であって、この能力は毎日の経験や探究する心を通してさらに磨かれていくものである。このような能力の側面がなければ、実は「本当に子どもが好きな教師」にはなれないとも言える。能力を高めていくことによって、「気が合わない子はどうも苦手」とか「手がかりすぎる子は苦手」と感じる固定的な観念から少しずつ解き放され、このような子どもに対してもまた違った感覚で接することができるようになり、教師の資質の面でも変化してくるのではないだろうか。

(4) 日本における教師の資質・能力

日本において、教師の資質・能力としてこれまで次の3点はあまり強調されてこなかったが、今の時代特記すべきものではないだろうか。

環境と関係づける対人関係の重要性

教師は対人関係専門職であるという認識。対人関係力、渉外力をつけていくには、ソーシャルスキル、コミュニケーションスキル、コーチングなども有効。

問題解決のため環境に働きかけて不断に探究していく姿勢の重要性

探究心は教科指導、授業研究、生徒指導、進路指導、学級経営、保護者との人間関係など教師の全ての領域で發揮される実践の原動力になるものである。学び続ける教師の原動力は探究力である。

同僚教師との協働関係の重要性

学校の実践的指導力は、教師個人の力量というよりも学校全体の指導力の総力として現れるものが多く、教師間連携すなわち同僚性 (collegiality) が重要である。教師各人が個性を持ちながら、同時に共通する学校教育課題に向けて各自が異なる力量を發揮してコラボレートする協働関係が望ましい。教師個人も協働による学校改善の取り組みの中で成長発達する。教師が個人の力量を磨きながらも、協業力と協働力をつけていくことは極めて重要である。

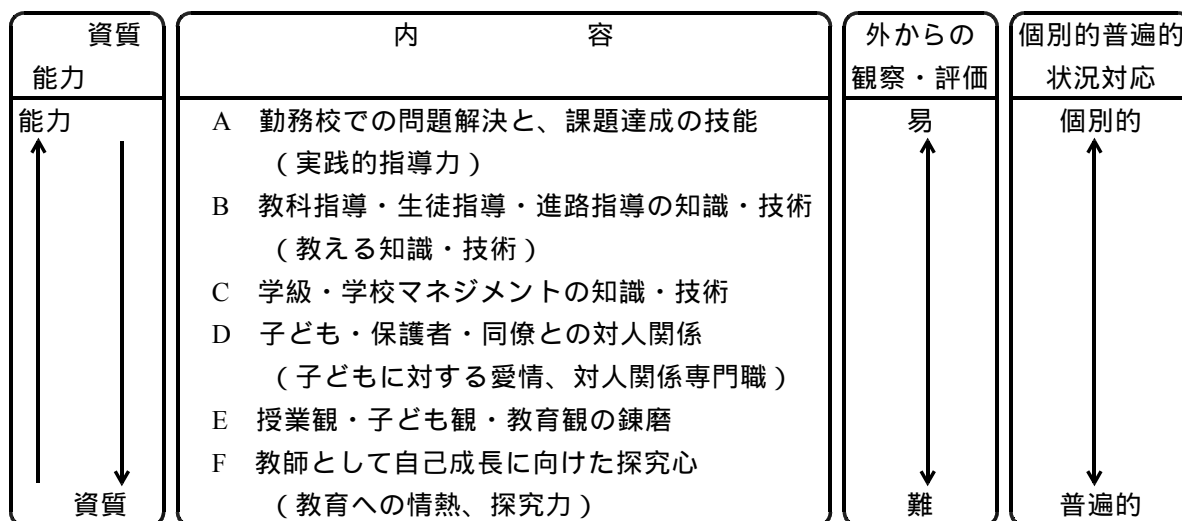
これからの時代、教師自身がこれら対人関係力・渉外力、探究力、協業力・協働力の重要性を意識することが大切である。日本においてかつての教師間連携については特別に意識しなくとも強かったという思いがある。学校組織の中に教え合う、助け合うという文化があった。しかし、近年このことが大切であると理解しながらも、実現していくのが困難な状況に徐々になってきているように感じている。時代の変化と共に、少子高齢化の加速、私生活中心主義の浸透、増幅する多忙感、協働体としての教師集団が崩れそれに代わる協働関係構築に大きなエネルギーが必要となるなどが起因しているのではと考えられるので、この に関する改善は急務である。

(5) 教師に期待される資質・能力

時代の変化とともに、従来の教師の資質・能力においても新たなものが必要とされることについて辿ってきた。これらを含めて、教師の資質・能力は、大きく分けて次の A ~ F の6つに層から構成されていて、様々な力量が総合的に積み重なってその総体として構成されていると考えると理解しやすい。教師に期待される資質・能力とは何かを論じるとき、

自分自身の経験に照らし合わせて振り返ってみれば、教師が学校そして学校を取り巻く環境において日々教育活動に携わっていく際、その時々において教師としてこのような力を付けておかなければならないと感じたことは非常に多い。これら多くのものをグループ化すれば概ね A ~ F に包含されるものになる。この

階層化は、さらにこれらの内容を資質と能力、外部からの観察・評価の難易、個別的か普遍的かの状況対応を添えて考察することができ、A ~ F の順序も理解される。A ~ F の各層は有機的に関連付けて全体で捉える視点が重要であって、この多重階層は教師に限らず学校の教育力を考察する視点にもなる。



(今津氏)

従来日本においては B と C が教師の専門性の中心で、「教師を育てる」面において教員養成教育の核になるものであった。しかし、現実には B と C は個々の学校において学校改善を目指す A を実現するためのものでなくてはならないだろう。B、C についての基本的なことや理論については、大学の講義で、あるいは様々な研修等で学習していても、それが実践において A の実現に直接結びつく力になっているであろうか。このことを考えると、B、C は、単なる定型的な知識、技術ではなく、時代の変化、学校を取り巻く地域や環境の変化に応じて流動的にとらえ直し、学び直し、発展させていくべきものであって、そうしてはじめて A の実現に寄与するものとなる。そして、このことを可能にするのは、学校という組織が持つ力とその取り組みではないだろうか。家庭や地域そして情報環境が激しく変化するなかで、次々と新たに困難な問題を抱え込む学校組織にとっては、教師の資質・能力は個人の力量である以上に、学校全体の指導力という観点が重要になってくる。

この考えの上に立って、学校が全体を視野に入れた様々な取り組みをダイナミックに行うことによって、教師それぞれの意欲が増し成長に繋がる。このような取り組みを通して、今特に教師に必要とされる、F の探究力や D の対人関係力も培われていくのではないだろうか。例えば、生徒指導関係でも今の時代の変化の中で次々と新しい課題が生じてくるから、従来のマンネリ化した知識や技術だけでは到底指導に窮することになる。常に探究する心を持って当たらなければ、教師としての成長も止まり目の前の子どもに対応することはできなくなる。また価値観が多様化している現在、目の前にいる多様な保護者や子どもに対して、獲得した知識や技術を発揮していかうとしても、目の前の彼らとの人間関係を柔軟に構築していくことができなければ先へ進まない。教師という肩書きだけで周囲から尊敬される時代は、残念ながら今過ぎ去っているのである。その意味で人間関係専門職としての教師を意識し研鑽を積むことは重要である。教師お互いが刺激し合い、課題解決に

向けて悩み、考え、知恵を出し合うことによって、それぞれが大きなものを享受することになる。すなわち、教師個人が持つ基礎的な「アビリティー」(知力)と「テクニク」(技術)が、具体的な実践の場で「スキル」(技能)として発揮され、さらにそれが総合的な「コンピテンス」(資質・能力)へと発展するのである。教師の資質・能力についてはパラダイムの転換が必要であって、A、B、C、D、E、Fがそれぞれ単独ではなく、このように互いに何層にも関連し合ってその総合体として、期

待される教師の資質・能力は構築されていくものである。この資質・能力を身に付けるといことは、「教師を育てる」というどちらかと言えば単発的な取り組みだけでなく、日々の連続的な実践を通して「教師が育つ」というプロセスそのものである。そして、学校組織の教育力を高めようという共通理解のもとで、教師の協業を通して行う実学によって、それぞれの教師が自分の道筋において一つずつステップアップしていくことができるのではないだろうか。

2 学校・教師の状況・・・近年を振り返る

今の時代教師に必要な資質・能力は何かについて、「教師を育てる」「教師が育つ」両面から見てきたが、実際様々な課題を抱え込む学校において教師教育に視点を当ててどのようなアプローチができるであろうか。このことは学校の教育力に直結する重要なもので、私自身にとっても大切な課題であった。ここでは教師側に焦点を当てて、近年を一部分振り返ってみたい。

(1) 教師のストレス

私は2010年(平成22年)3月に40数年におよぶ教師生活を終えた。終盤のほぼ10年間は学校において管理・運営・経営する立場になり、システムの力をつけていくために教職員とそれを取り巻く人々のつながりの力がいかに大切かを学ぶことが自分のテーマとなった。学校の活性化を進めるに当たり、全教職員の状況は何よりも重要である。例えば次のようなことは日々気にかかることで、いち早くキャッチし未然対応、対策、改善を図らなければならないことである。

- ・学校、教師全体が多忙感で余裕が持てない状況になってはいないだろうか。
- ・特別に仕事が集中してストレスを抱える教師はいないか。
- ・教科指導や生徒指導において思うようにならず悩んでいる教師はいないか。
- ・不登校やいじめの問題などでいき詰まっている教師はいないか。

- ・指導力で不安な状況に陥っている教師はいないか。
- ・部活動の指導において教師の負担が過剰になっていないか。
- ・担任が学級経営で行き詰まっていけないか。
- ・生活指導が生徒指導部任せになって特定の担当教師への負担が過重になっていないか。
- ・特別な生徒や保護者との関係で悩んでいる教師はいないか。・・・。

など教師サイドに限っても次々と浮上する。このようなことが教師のストレスになっているとすれば、教師のメンタルヘルスは大きな課題となる。かつて生徒に対してそうであったように、気づいてみれば日々教職員(以降表現上教師と教職員を同義に用いる場合もある)の表情を考える自分がいる。学校において教師は生徒たちのためにそれぞれが大切な役割を担い、全力で業務に当たっている。どの一人も他人で替えがたい、かけがえのない存在であって、この教師の総力で学校という大きなシステムがダイナミックに動いている。教師個々人は、何らかのストレスを抱えながらも日々の活動を通して教師としての資質・能力高め、「教師が育つ」長い道のりを確実に歩んでいるのである。その道筋において学校はどのような付加価値を付けながら、資質・能力を高めていくための支援ができるだろうか。そのことは、ひいては教師のストレスを軽減することにもなる。大切な組織のリーダーシップをとる立場の者はこのことを念頭

に、全教職員との強い信頼関係のもとにビジョンを共有し、様々なことに対してシステムティックにのびのびと活動できる教育環境づくりに努力することが責務である。管理職こそ学び続ける姿勢を常に持って、組織をより生き生きとしたものへと活性化させるための努力を怠ってはいけない。この思いは日を重ねる毎に増してくる。

(2)「教師が育つ」ことへのアプローチ

それでは、学校という組織の中で、どのような付加価値をつけて教師の資質・能力を高めていくための支援ができるであろうか。教師自身は「教師を育てる」という面で、自主的にあるいは施策的にも、長短はあっても様々な知識や技術を習得してきている。しかし今の時代、学校教育は教師一人一人の個々の力だけではとうてい限界があることを認識すべきである。時によって、他の人の支援を得なければ解決できないことも多い。一人で抱え込まず、他の人に相談したり協力を依頼したりすることは教師として必要な能力の一つであると思うが、実情は異なる。一人で抱え込むケースは依然として多い。教師個々の力を教師集団の力にしていければ、本当に大きなパワーとなる。その意味で教師一人でストレスを抱える状況はできるだけ回避しなくてはならない。学校全体を考える立場に立って、特にこのことを強く感じるようになった。様々な分野において教師集団の力としてパワーを発揮していくためには、それぞれにおいてキーとなる言葉を学校全体で共有し、その言葉を常に繰り返し繰り返しお互い表現していくことが重要であると考えている。このような雰囲気一つずつ作られる中で明らかに変化が生じてくる。その意味で、日々交わす言葉は大切である。課題に対して、議論を重ね探究を進めながら、お互い繰り返し言葉にしていくことは、やがて全教師同士が思いを共有することに繋がり、学校の教育活動全体の中で教師それぞれが各自の資質・能力を培っていくことになる。このことは学校全体の教育力に確実に繋がるものである。

例えば、次は実践したテーマの例で、繰り返し使っていく共通の言葉の一部である。

- (1)積極的生徒指導。迷ったら子どもに戻る。生徒指導を広義に捉えることが重要であって、この指導体制は学校や学校を取り巻くあらゆる教育活動に関係し、特に積極的(開発的・予防的)な生徒指導の意識を持った全教員の様々な取り組みは学校全体を生き生きとしたものへ誘う。
- (2)心の教育。教師のメンタルヘルス。保健室、相談室、教師の休養室、教師の休憩室、事例研究(ケーススタディー)、外部人材との連携、校内研修会などの活動は重要で、生徒理解の力量アップにつながり、さらに教師のメンタルヘルスをケアする。
- (3)進路指導教育。キャリア教育。高等学校における進路指導・キャリア教育は、生徒の学ぶ意欲を喚起するだけでなく、教師自身の学びを育む力となり、学校全体の教育力を高めていく。中核は授業改革。
- (4)学校を開く。クレームはチャンスと捉える。学校における教育は学校だけで行える時代ではない。保護者・同窓会・地域・外部関係機関など多くの他の資源の理解と支援が必要であって、その外部への積極的な情報公開は、学校に対するクレームへの対応をも柔軟にし、学校の改革・改善に向けて推進する組織力をもたらす。
- (5)校内人事は最重要。役割分担の共通理解。教師は組織人である。学校という組織において教職員の年齢構成でアンバランス感があつたとしても、一番身近な校内における人事こそが大切である。多くの意見を取り入れ、時間をかけこれにエネルギーを注ぐことによってアンバランス感は解消され、役割分担の意味が理解され、ベストに近い組織が構築される。教師自身の存在感を増すことは責任感に波及し、学校の教育力をより確かなものへと近づけることができる。
- (6)教師一人よりチームで対応。教職員間の協働の大切さは実践によってのみ理解できることである。小さなことから始めてそれを次第に大きなうねりに変えて

- いくことによって真の改革に繋がっていく。
- (7)教育施策をプラスに捉え学校改革を目指す。生徒に高い知慧、豊かな感性、健康な身心を。入試制度、カリキュラム、ゆとりと学力、教員研修などの大きな教育政策の変遷は、教職員の過度の労力やエネルギーを伴うこととなる。避けて通れないこれらの対応には、正確な情報を入手し、できうる限り早めに議論を重ねて対策を講じ、このことをチャンスと捉えて学校の教育改革にまで発展させる取り組みに転換していく。
- (8)学校評価は危機管理に直結する。学校評価を、評価されるという意識でなく、学校の成長に寄与するものと捉え、検討を重ね改善に結びつける。

私自身の振り返りの中から、教師が常に共有して欲しいと感じたテーマを思いつくままにいくつか例としてピックアップしてみたが、これだけでも教師の資質・能力が非常に多岐に及ぶことが伺える。学校においては、教師はこのようなテーマを共有し、積極的に自ら参画して自分の力量を高めていくことになる。そのために教師自身は常に探究心を持ち、他からの指示によって行動するのではなく、教師としてあくまでも独立していなければいけないだろう。独立していることによって、自分の教師としての存在が尊重され、どんな役割を受け持つ立場であっても、自分の存在の大きさが実感できるものになる。そのことが、その学校を、そして子どもたちを心から愛する気持ちに繋がってくると思う。資質・能力は、簡単に獲得できるものではなく、様々な環境において経験を重ねることを通し、高度の専門職を目指して学び続ける長い道のりが想像できる。「教師が育つ」ということは、この長い道筋である。

(3) 子どもたちに「豊かな人間性」

「学ぶ喜び」「燃える希望」を育むもの

近年、学校・教師がおかれた状況の中で、学校の教育力を高めるために教師の力量面を考えたアプローチとしてどのようなことを行おうとしていたかを一部振り返ってみた。「教

師が育つ」道筋の一つとして、昨年教師教育研究 VOL.5 で高等学校における進路指導教育・キャリア教育について取り上げた。このキャリア教育についてはその重要性が急ピッチで施策化されてきているのは喜ばしい。現在、高校生の進路への意識を高めるために、文部科学省(以下文科省)は高校の普通科で「キャリア教育」を必修化する検討を始めている。日本の高校生は自主的な勉強時間が国際的に見ても少なく、高校教育の立て直しが急務となっており、文科省は将来への目的意識を持たせることで学習意欲の向上につなげたいとしている。中央教育審議会での審議などを経て、次の学習指導要領に盛り込む方針の方である。現在、中学と高校ではキャリア教育として主に職場体験や企業へのインターンシップ(就業体験)などが実施されているが、2011年度の調査では、在学中に1回でも就業体験をした公立高3年生の割合は専門学科を含む全体で30%、普通科では17.7%にとどまっている。内容も学校間の格差が大きいのが実情である。また、財団法人日本青少年研究所の調査では、日本、米国、中国、韓国のうち、授業と宿題以外での勉強について「しない」と答えた高校生は、日本の高1~高3が38.3%~28.9%と、4か国中で最も多かった。このため、文科省は学ぶ目的を明確に持たせるため、キャリア教育の内容を具体的に示し、全学校での実施を目指している。早い段階で進路の意識付けが必要なことから、授業は「高1段階で週1時間程度」とする案が検討されている。

高校生に「豊かな人間性」「学ぶ喜び」「燃える希望」を育むキャリア教育が、このような形で大きなうねりとなってきていることを思うと感慨深い。そして「豊かな人間性」「学ぶ喜び」「燃える希望」を育むことに関してキャリア教育と双壁をなすものは、従来から重要性が強調されている生徒指導であると考えている。しかし、生徒指導という言葉は、「なかなかやっかいだ」というマイナスのイメージをどうしても浮かべてしまうことが多い。確かに、「教師を育てる」とことと「教

師が育つ」ことを思うとき、特に理想と現実の落差が大きいものにはいゆる生徒指導に関連したものがあるのではないだろうか。教科指導を中心に鍛え上げてきた理想の教師像が、教壇に立ってほどなく揺らいでいく経験をする教師は多い。そしてこの問題を克服するにはどのような力量をつけていけば良いのかと悩む教師も多い。周囲の教師に聞くにも自分の指導力の無さを露呈するという不安にかられ、一人で悩んでしまう。教職という長い道のりの過程で、教師になって間もなくから初期の時期、中堅としての時期、いわゆるベテランといわれる時期、教頭や校長としてリーダーシップが特に要求される時期、それぞれにおいて事情は異なるが、多かれ少なかれこの問題は常に自分の身に降りかかる。教師の力量形成を考えたとき、教師はこの課題克服の力をどのようにして身に付けていけば良いのだろうか。生徒指導という言葉が子どもの問題行動に対する対症療法的な指導に捉えられがちだが、学校教育における生徒指導は教科指導をはじめとしてあらゆる教育活動の根幹をなすものであることには論を俟たない。

教職大学院の様々な取り組みの中で、小グループでの発表や討議のプログラムが数多くある。教職開発コースの院生においては木曜カンファレンスが毎週実施されている。この中で話題は様々であるが、近年いわゆる生徒指導もしくは生活指導にかかわる内容であると断って問題提起やテーマとして提供されることが多くなったように感じる。教科指導において、探究的な課題提示を取り入れた授業改善にひたすら取り組み努力している院生が殆どであるが、子どもたちにより近く接するようになってくると、誰もがこのテーマに遭遇していく。これはスクールリーダーの院生にとっても同様である。教職開発コースの院生が、教育実習やインターンシップを通じて感じることに、実際教職について感じることに大きな差があることは否めないが、基本的な理論を学んでも、実際の場で壁に当たって初めてその意味や内容が自分のものとなっていく領域ではないだろうか。生徒指導は

何も対子どもだけに限られたものではなく、非常に広範囲に波及するものである。授業研究はじめ様々な学校の活動において、生徒指導の視点を外さないことが日々大切である。ここに生徒指導の生徒指導たる所以がある。私の拙い経験でもこの問題は教職に就いてから最後まで日常的に常に離れられないテーマで、向き合わない時はなかったと言っても過言でない。児童・生徒・同僚・保護者・地域社会、さらには関係機関・専門機関へも拡大した人間関係力が、教師個人にも学校全体にも問われるものである。私の所持している教育関係の書物の中でも生徒理解や生徒指導に関するものは多い。それだけ手探りで必死に何かの光を探し続けたのであろう。

(4) 生徒指導に関する共通理解は学校資源

生徒指導に関連するテーマを思いつくままに挙げていくと非常に多岐にわたる。教職大学院において、児童生徒理解の方法、不登校問題への対応、いじめ問題の対処、反社会的行動など逸脱行為への対応、問題行動の予防的取り組み、保護者とのかかわり、先生方のストレスなどについてグループで話題になり、話し合いが深まることもある。このような問題について、私自身どうであったかを振り返ると、社会生活様式、メディア・ネット社会などの環境は大きく変化してきたが、目の前にある問題の本質的なものは従来苦労してきたこととあまり大差がないように感じている。私は教師になって生徒指導の重要性を認識するにはそう時間は要しなかった。「生徒の意欲」に関するテーマが常に脳裏にあり、生徒たちが生き生きとした学校生活を送る支援を心がけたいと自分に言い聞かせていた。しかし、社会という様々な人と人の関わり合いが広がっていく中で、心や行動も複雑に変化し、成長の過程だとは理解しながらも、私は思い通りには運ばない現実に思い悩むことは多かった。悪戦苦闘する日が続いたが、長い教師生活の中、福井県教育研究所で学校とは少し離れた視点での臨床的な経験を持てたことは、今振り返れば私にとっては大きな転

機となるものであった。子どもたちや子どもたちを取り巻く保護者や家族・教師・地域の方などと時間をかけてじっくり向き合うことで、新たな気づきや留意しなくてはならないことが見えてくる。このような取り組みを通して、これらの貴重な経験を学校の教育に微力ながらも提供していくことは教育研究所という教育研究機関の大切なミッションであることを強く感じた。1994年(平成6年)11月、愛知県西尾市の大河内清輝君が同級生によるいじめのために自殺するという悲しい事件が起こった。2011年(平成23年)10月、大津市立中学2年の男子生徒が自殺した問題同様、その当時大きな社会問題として教育の在り方そのものに波及していった。いじめの問題の深刻さは計り知れなく、全国規模で「いじめの解明 学校教育相談の理論・実践事例集」(加除式)の刊行が平成9年6月からスタートし、平成17年9月の一区切りまでの実に長きにわたり膨大な理論や実践によって様々な問題や予防・対策が提起されていったことを思い出す。私も協力者として一部参加させていただいたが、このような取り組みを進めながらも今回の大津市の悲しい事件を思うと心が痛む。いじめの問題に限らず、平成7、8年の頃は児童生徒の学校不適応問題や不登校問題など生徒指導に関する教育問題がクローズアップされた。この時期に是非自分たちの経験を形にして各学校へ伝えたいと取り組んだのが「教師のための教育相談 Q&A ポケット ー子どもたちへ思いをこめてー」という102Pの冊子である。教育研究所12名と県の教育委員会や学校の先生方8名にも「学校教育相談プロジェクト」チームに入っただき、専門家の監修もいただいて、1997年(平成9年)3月の完成を経て県下の全学校へ配布することができた。この内容は教育相談事業から捉えた生徒指導に関するもので、先生方の手元に置いて必要な時にいつでも見て考えて欲しいとの思いを込めて題名を「ポケット」とした。Q&A形式で次の60の項目について取り上げ、これらを題材に各学校で独自の取り組みを議論

し検討していただくことを願った。

第1部 教育相談的な関わりを広げるために

- Q1 学校で行う教育相談とは、どのようなもの
でしょうか。
- Q2 教育相談では、カウンセリング・マイン
ドを生かすことが大切だといわれますが、
それを身に付けていくうえで最も基本とな
ることはどんなことですか。
- Q3 児童生徒の気持ちを理解するために、ど
んな方法があるのでしょうか。
- Q4 児童生徒理解のためにマイライフ(学級
・学校・家庭適応度調査)が有効だと聞き
ました。マイライフの特徴や利用の仕方を
教えてください。
- Q5 児童生徒との面接相談をするうえで、大
切なことはどんなことでしょうか。
- Q6 学校生活の場面で、カウンセリング・マ
インドをどのように生かしていくとよいの
でしょうか。
- Q7 構成的グループ・エンカウンターは、仲
間づくりや相互理解を深めるのに有効だと
聞きました。どんな内容なのでしょうか。
- Q8 教師が保護者とかかわる場合、どのよう
な配慮が大切なのでしょうか。
- Q9 学校で教育相談活動を進めていくには、
どのようにしていくとよいのでしょうか。
- Q10 教育相談チームと保健部の連携は、どの
ようにしていくとよいのでしょうか。
- Q11 問題をもった児童生徒を指導援助して
いくには、具体的にどのように取り組んで
いくとよいのでしょうか。
- Q12 児童生徒とゆったりかかわるためには、
教師自身のメンタルヘルスが大切であると
いわれていますが、どんな心がけをして
いけばよいのでしょうか。
- ## 第2部 不登校の子どもにかかわるために
- Q13 不登校とは、どのような状態をいうので
しょうか。また、それをどのようにとらえ
たらよいのでしょうか。
- Q14 不登校には、どのようなタイプがある
のでしょうか。
- Q15 不登校は、どのような要因で起こる

- のでしょうか。
- Q16 不登校につながるサインには、どのようなものがあるのでしょうか。
- Q17 児童生徒が、気になるサインを示したり、時々学校を休んだりするようになったときの対応はどうしたらよいのでしょうか。
- Q18 不登校の児童生徒に対して、家庭訪問や連絡の取り方、課題の与え方などでどのような配慮が必要でしょうか。また、学級では、その児童生徒の不登校をどのように伝えればよいのでしょうか。
- Q19 神経症的な不登校の場合、どのような経過をたどるのでしょうか。
- Q20 神経症的な不登校の児童生徒には、どのように対応したらよいのでしょうか。
- Q21 遊び・非行型の不登校の児童生徒には、どのように対応したらよいのでしょうか。
- Q22 無気力型の不登校の児童生徒には、どのように対応したらよいのでしょうか。
- Q23 不登校の児童生徒をもつ担任に、他の教師は、どのように支援していけばよいのでしょうか。
- Q24 児童生徒が不登校になった場合、いつ、どんな状況のときに、どのような方法で相談機関と連携をとっていったらよいのでしょうか。
- Q25 各地に不登校の児童生徒のために、適応指導教室ができていますが、どのようなものですか。また、そこでの活動内容などを教えてください。
- Q26 長期欠席をしている児童生徒が、進級や卒業、進学、就職について考えるとき、どうしても不安な気持ちになります。こんな場合、どのような配慮が必要でしょうか。
- Q27 高等学校に入学して問もなく休みはじめ、学校をやめたいという生徒にどのように対応すればよいのでしょうか。
- Q28 高校生の不登校の場合は、進級や卒業に必要な授業日数などが問題になります。このような場合、どのように対応したらよいのでしょうか。
- Q29 高校生が長期欠席などで、どうしても進路変更を希望する場合、どんな方法があるのでしょうか。
- Q30 再登校をすすめていくうえで、どのような援助が必要でしょうか。
- Q31 再登校を始めたとき学校としてどんなことに配慮しておくといいでしょうか。
- Q32 相談室や保健室まで来られるようになった児童生徒に、教育相談係や養護教諭は、どう対応すればよいのでしょうか。また、相談室や保健室での活動例があったら教えてください。
- Q33 児童生徒が不登校にならないために、どういうことに取り組んでいったらよいのでしょうか。
- Q34 児童生徒が不登校にならないために、日頃保護者とは、どのようにかかわっていくことが大切なのでしょうか。
- 第3部 いじめの問題に対応するために**
- Q35 具体的にどのようなことをいじめというのでしょうか。
- Q36 いじめのサインにはどのようなものがあるのでしょうか。またサインに気づいたらどう対応したらよいのでしょうか。
- Q37 いじめを訴えられない児童生徒の気持ちをどう理解したらよいのでしょうか。
- Q38 いじめとわかったときに、担任はどのように対応したらよいのでしょうか。
- Q39 いじめられた児童生徒には、どのようにかかわったらよいのでしょうか。
- Q40 いじめる児童生徒には、どのような姿勢で臨んだらよいのでしょうか。
- Q41 いじめの問題には、具体的にどう対応したらよいのでしょうか。
- Q42 いじめにかかわっている児童生徒の保護者には、どう対応したらよいのでしょうか。
- Q43 いじめの問題に対して、学校全体で

はどのように取り組んだらよいのでしょうか。

Q44 いじめの発生を防ぐことのできる学級づくりのポイントは何でしょうか。

第4部 子どものいろいろな問題に対応するために

Q45 問題行動が見られる児童生徒をどう理解したらよいのでしょうか。

Q46 無気力な児童生徒に、やる気を起こさせるためには、どうかかわってあげばよいのでしょうか。

Q47 学習でつまずきが見られる児童生徒に、どうかかわってあげばよいのでしょうか。

Q48 落ち着きがなく、集中力に欠ける児童生徒には、どうかかわればよいのでしょうか。

Q49 学級で孤立していて仲間に入れない児童生徒には、どうかかわってあげばよいのでしょうか。

Q50 家ではしゃべるのですが、学校でほとんどしゃべらない児童にどうかかわってあげばよいのでしょうか。

Q51 友達とトラブルがあると、その友人関係を修復できない児童生徒がいます。このような児童生徒には、どのようにかわったらよいのでしょうか。

Q52 教師に反抗的な態度をとる児童生徒に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q53 家でテレビばかり見ていたり、テレビゲームづけになっていたりする児童生徒がいます。そのことで困っている保護者に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q54 よくうそをつく児童生徒に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q55 すぐかっとなって他の子に乱暴する児童生徒に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q56 万引きをする児童生徒に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q57 夜遅くまで出歩くななど、なかなか家

に帰りたがらない児童生徒に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q58 喫煙や薬物使用から生徒を守るには、どうしたらよいのでしょうか。

Q59 テレクラ遊びなど性的非行に走る女子生徒に、どう対応したらよいのでしょうか。

Q60 児童生徒に起こりやすい心身症状には、どのようなものがあるのでしょうか。また、教師としてどのようなことを心がけたらよいのでしょうか。

これら60の項目についてそれぞれ考えられることや留意事項を、カラーでカットや表を入れてできるだけ理解しやすいように1~数ページ記した。当然生徒指導にかかわる問題はこれだけに収まるものではないし、その内容も文章で表現していくとどうしても言葉足らずになってしまうのは否めない。しかし、今読み返して見ると15年も過ぎたのにその当時の状況が蘇ってきて、かえって新鮮な気持ちにさせられるのは何故だろう。この間の社会の変化は目まぐるしいものであった。子どもたちを取り巻く環境も大きく変化した。ネット社会の到来、携帯電話、スマートフォンなど人間関係に大きな変化をもたらすツールは、大人社会だけでなく子どもたちにも大きな変化をもたらした。間接体験が増大し、人間関係がより複雑な時代に突入していった。便利さの陰に大きな落とし穴が潜んでいることを、問題が生じる度に気づくことになる。それ故にこれをひもとして新鮮な気持ちにさせられるのかも知れない。今の時代この60のクエスチョンに追加していくものとして、新しいメディアやPC(Personal Computer)・携帯電話・スマートフォン・タブレットなどの通信機器による電子メールやSNS(Social Networking Service)、ゼロトレランスの問題、クレマーへの対応、体罰問題、さらには、相手も自分も大切にする人間関係を築くための自己表現を身につけるアサーション・トレーニングなども考えられる。これらは今後さらに増えていくだろう。このような生徒指導

に関連することについては、「教師を育てる」ことに関する内容をベースに、その時々においての「教師が育つ」道筋を通して力量となって形成されていくことが多いのではないだろうか。従ってそのためには学校が生徒指導に関しての様々な内容を共通理解として持つことが大切であって、全教師の共通理解によ

3 教師のメンタルヘルスに関連する5つの提案

次の事例を一つの例として、生徒指導と教師のメンタルヘルスについて考察する。

『44歳の女性教師 T 先生は、中学2年の A 男に悩んでいた。A 男が T 先生にひどく反抗的な態度をとる。A 男は T 先生の教科である国語の時間にわざと大あくびをしたり、周りに話しかけ立ち歩いて授業をかき乱したりする。さらに教科書のかわりに雑誌を出して級友に見せびらかすといった行動で T 先生を悩ます。注意すると、「関係ねえ」「なんでおればかり注意するのか」とふてくされて反抗する。最近では A 男に影響される生徒も増えて、授業が成り立たなくなることもあるという状況である。クラス担任の S 先生(男性、30代)に A 男らのことを伝えると「私の授業の時にはそういうことはありませんが」という返事が返ってくる。次に授業に行くと A 男は「担任に告げ口したやろ」とさらに反抗的になる。真面目な生徒は「先生、A 男を何とかしてください」と言ってくるし、学年主任や教頭に話しても、「他の先生からはあまり聞かないが」「もっと生徒の心ををつかんで指導したらどうか」と言われ、T 先生の孤独感は深まるばかりだった。そんな中、何人かクラスの母親たちが、「このままでは受験にも影響するのでもっと指導力のある先生にかえてほしい」と校長に苦情を言いに来たことを知らされた。翌日から T 先生は体調を崩し数日学校を休んだが、その間、同僚からも管理職からも何の連絡もなかった。1週間後に学校にいくと、職員朝会で校長が A 男の問題と母親たちの来校について触れ、「T 先生もいささか弱気になっておりますので、先生方のご協力をお願いします」と話した。T 先生はこの

りこれらは学校の資源となり、どのような課題に対しても対応が可能になっていく。この資源は学校文化として受け継がれ、さらに発展し、次第に学校の伝統となっていく。そして、このことは学校の品格形成にまで影響を及ぼすことになる。

言葉を聞いて、気持ちがガタッと崩れ「誰も味方がいない」と思った。』

このようなケースについて、自分の勤務する学校では全くあり得ない、あるいはこういう状況がひょっとしたら起きるかも知れないなど様々な感想があると思う。しかし、学校において、はじめは生徒の指導の難しさ、次に保護者とのかかわりの難しさ、そして最後は同僚との関係の難しさにたどりつくケースは希ではないのではないだろうか。教師集団は個性を持った人の集合体で様々である。生徒や親にはとても熱心に親身になって接する教師なのに、同僚に対しては厳しい教師もいる。教室の中では冗談を言い合ったりして生徒と楽しげにできるのに、職員室では無愛想で同僚とあまりかかわろうとしない教師もいる。さらには周囲との意思疎通が苦手なマイペースで足並みを合わせようとする教師、頑固で自分の考えを決して譲らない教師など様々である。教師という仕事は常に組織の中で管理されて働かざるを得ないが、一般企業などのサラリーマンに比べてどちらかといえば自由度の高い仕事といえる。その分だけ個性豊かになるとともに、その人の性格や癖など人間くさい部分が他の職業よりは多く出やすいともいえる。人によっては、組織人としての意識が少なく、わがままとも思える言動や、大人としてどうかと思えるような言動がみられ、それが時には魅力的であったり欠点となったりすることもある。いずれにしてもこのような自由度の高い職業の場合は、横の人間関係は難しくなるのが当然かもしれない。生徒の理解や指導、処遇をめぐる見解がぶつかったりすることは頻繁に生じてくる。時

には教師どうしの非協力的な人間関係や相互不信が教育活動を低下させたり、生徒や保護者の学校不信や教師不信を招くことも否めない。身近な同僚との軋轢やいさかいは、心的疲労をもたらし、それが授業やそのほかの教育活動にも大きく影響することにもなる。同僚関係がうまくいかずこのケースのような気持ちに陥ってしまい、場合によっては学校に來れなくなるといふ不幸な状況にまでなってしまうこともある。このような不幸な事態を回避するためにも、学校内で人間関係が難しくなった時、どの部分で自分が、そして相手がつまずいているのかを自分なりに明確にしていくことによってこの難しさを一つずつほどこいていく冷静さが大切になる。

たとえば、他の先生に比べ T 先生のかかわり方や雰囲気などが A 男にとって母性的であったために、母親への反抗が T 先生に転移されたのではないか。中・高校生には本来ならば親に対して向けられるべき反抗が親と同世代の教師に向けられることがよくあり、単なる反抗だけでなくもっと甘えたいなどの様々な感情が教師に向けられているのではないだろうか。このような思春期・青年期の精神構造を把握していないと、いたずらに生徒の言動に傷ついてしまい巻き込まれてしまう。感情転移されている教師本人は当事者となってしまうため、この関係になかなか気づけなくなってしまふ。T 先生の同僚の誰かがこうした見地からの助言を行っていたら、T 先生の A 男への対応方法ももっとゆとりあるものになっていく。教師も若い頃は頼りなげに見えるためにそれなりにサポートしてくれても、教師歴を誇るベテランになると周囲の遠慮もありアドバイスやサポートの手を差しのべにくくなる。本人もプライド故に時には頑固になったり、困っていても困った顔ができなかったりしてしまう場合も多くある。このようになると、周囲はまだまだ余裕があると思ってしまうことになる。困っている状況を察知すれば、校長の「弱気云々」の言葉も、普段は強気の T 先生にもこんな面があるんだということのを他の先生方に知ってもらい協力体制を

整える表現になるのではないだろうか。たとえベテランの教師であっても人に相談したり頼ったりするのも教師の能力の一つであって、教師集団の同僚性の醸成が大切になる。

また、T 先生の言い方によって S 先生の態度は変わる。「先生のクラスの A 男、授業態度が悪くて困ります。どんな指導をしているのですか。」「先生のクラス元気ですねえ。彼ら一体何のため学校へ来ているんですかねえ。」「A 男の家庭環境わかりますか。父親や母親の職業は。進学希望なんですか」などのように、冷静さを欠いている時は、自分の交流パターンがとっさに出てくるので、S 先生は自分のクラスの生徒のことを悪く言われたことでカチンときたのかもしれない。しかし T 先生が少し冷静になって例えば、「S 先生ちょっと相談があるのですが。A 男の授業態度のことで悩んでいるのでお時間とってくださいませんか。」のような話し方をすると S 先生も聞き入れやすくなる。担任にとってクラスの生徒のことを他の教師から言われる時にはつい身構えがちになる。しかしそんな時こそ、S 先生も「ありがとうございます。もう少し様子を聞かせてください。」と一歩足を踏み出して積極的に聞くのが望ましいのは明らかである。

クラスの母親たちが校長に苦情を言ってきた時の対応には配慮が必要である。一般に他教師についての苦情を受けるのはとても難しいことである。親の言い分に同意すればそれは同僚を非難することにもなるし、同僚をかばって言い訳すれば親は心を閉じてしまうことになる。校長には上司としての役割と親の相談役としての役割との葛藤が生じてくる。このようなときこそ管理職としての力量が問われる。このことをむしろ学校改革の一つの課題に発展させるチャンスととらえて、前向きに取り組みたいものである。

学校はひとつの組織であって、それぞれが個性的に自分の持ち味を出しながら、なおかつあうんの呼吸で協力し合うというチームプレーができるのが望ましい。そのためには子どもや保護者との関係だけでなく、同僚との

関係においても、何事も起こっていない時の関係が大切である。何事も起こっていない時により良い人間関係を作っておくと、何かが起こった時に動じない組織力になる。「野球では誰かがエラーをしたらすぐ誰かがフォローに入る。そんな簡単なことが学校だと何故なかなかできないんでしょうか。」は心して

おくべき箴言である。

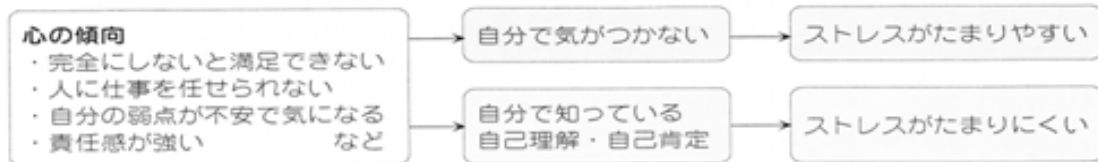
前述の一つのケースをもとに、生徒指導から派生して学校・教師側が陥りやすい課題について考えてきたが、このような内容に関して私の実践の振り返りの中から次の5つをとりあげ、提案としたい。

1 教師のメンタルヘルスを学校組織の重要課題と認識し共通理解のもとに取り組む

Q12 児童生徒とゆったりかかわるためには、教師自身のメンタルヘルスが大切であるといわれていますが、どんな心がけをしていけばよいのでしょうか。

世の中は、忙しくなり複雑になって、適応能力以上のスピードで変化しています。このようなとき、まっさきに影響を受けるのが、生きていくうえで何よりも大切な基盤であるメンタルヘルス(心の健康)です。特に、教師は、校務や職場の人間関係、児童生徒や保護者との関係などでストレスがたまりやすいものです。日頃から、自己を見つめて、無理のかからないように上手に自己管理をしていくことは、とても大切なことです。

1 メンタルヘルスのためには、まず自分自身を知りましょう
メンタルヘルスには、自己理解と自己肯定が鍵になります。



- 2 メンタルヘルスのためには、日頃からこんな心がけを
- ・十分な睡眠をとるなど、健康管理に心がけ、体調をととのえる。
 - ・適度な気分転換を図る。
 - ・あせらず、「なるようになる」という気持ちをもつ。
 - ・自分の能力の範囲内で行動する。
 - ・休めるときは休んで、集中とリラックスのリズムをつくる。
 - ・何事にも好奇心をもち、物事をプラスの面で見つめていく。



- 3 人間関係でのストレス対策には、こんな心がけを
- ・自分にも他人にも100%を要求しないで、70%程度を目標に。
 - ・みんなが、人格者であるというわけではないと考える。
 - ・いろいろな人間の存在を認める。
 - ・相手のくせや性格を考慮して対応する。
 - ・感情的な好き嫌い、えごひいきは回避する。
 - ・素直に、相手から学ぶ姿勢を身につける。
 - ・何でもしゃべれる仲間をもつ。
 - ・「時間が解決してくれる場合もある」と考える。

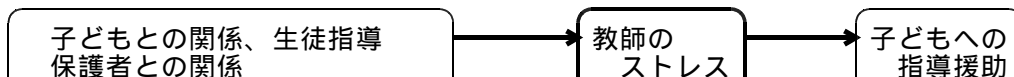


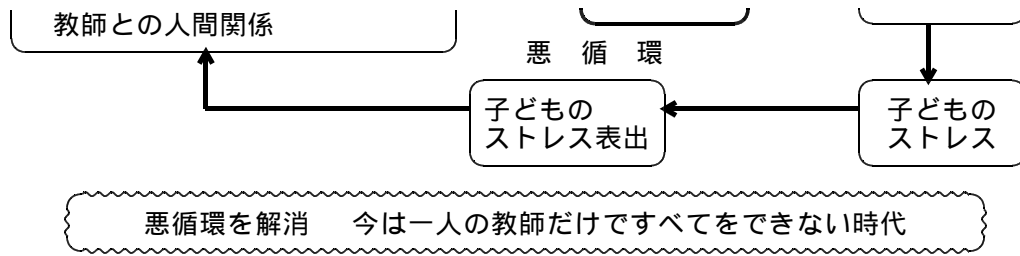
4 ストレスには、こんな解消法を

- ・親しい人との会話
- ・リラックスできる音楽の鑑賞
- ・スポーツを楽しむ
- ・趣味を楽しむ
- ・思うことを文にして書く
- ・カウンセリングを受ける
- ・リラクゼーション
- 自律訓練法、セルフコントロールなど
- ・カウンセリングの理論の学習
- 交流分析、論理療法、構成的グループ・エンカウンター など

適度なストレスは、むしろ活力を高めるといわれています。ストレスと柔軟につき合うことも考えていきましょう。

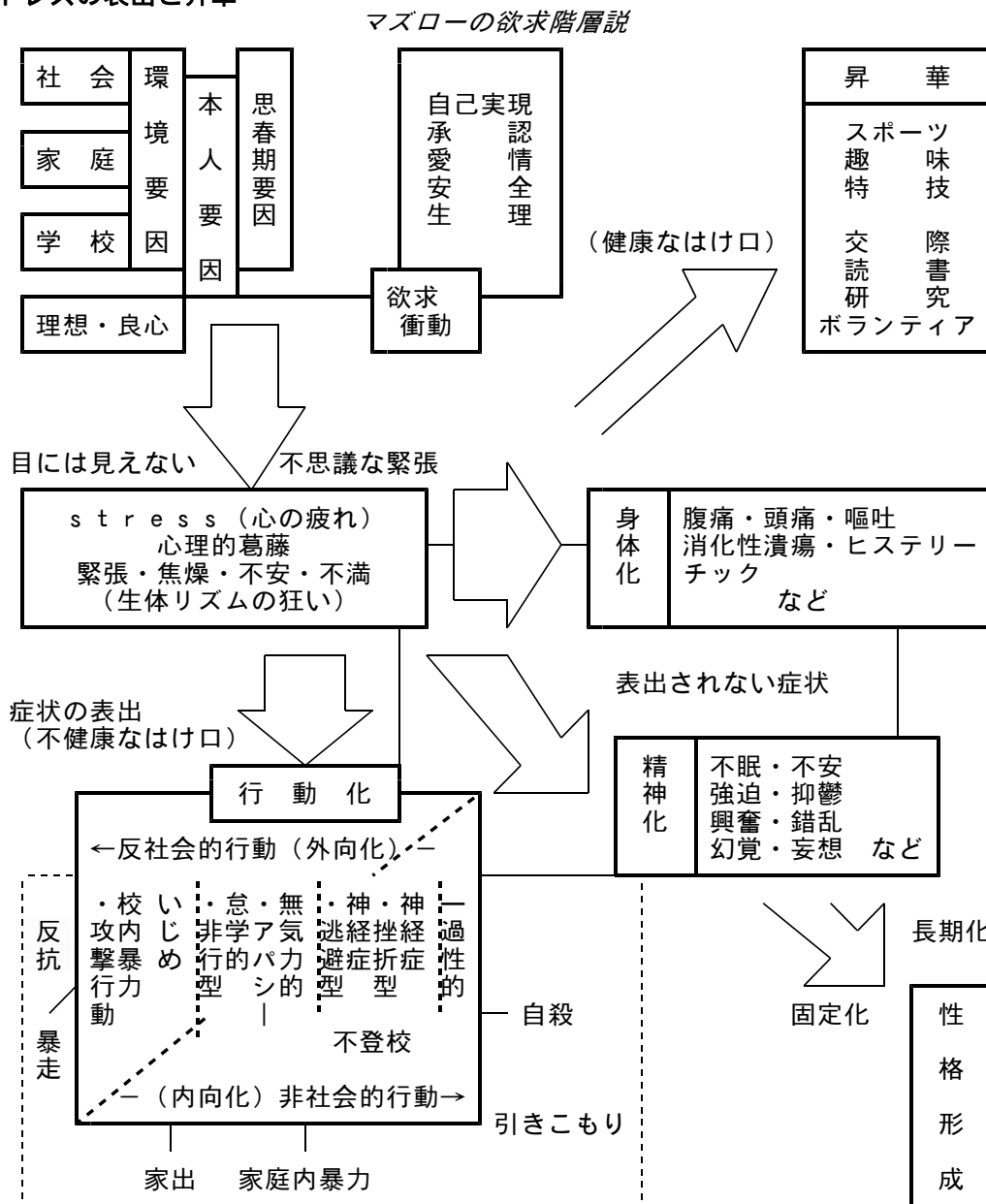
「ポケット」Q12 より





2 ストレス表出のメカニズムを理解することで児童生徒理解はより深まる

ストレスの表出と昇華



生徒指導(生活指導)はガイダンスの科学化ということから始まった。当初は主観的・恣意的な生徒指導が中心であったが、活発化しはじめた教育心理学や発達心理学の研究を基礎として、客観的・科学的な児童生徒理解を目指そうとする傾向が次第に強くなってきた。この立場は、各種の標準検査・性格検査・アンケート調査などを行うことによって人間の心理や行動が測定可能なものであるという前提に立っているため、科学的な感じを与えた。これに触れた時は「なるほどこれは便利」という感じを与え、学校教育においても生徒指導用や進路指導用などの各種検査を実施するようになっていった。これらは説得力があり、多くの人に受け容れられ現在もおQ-U(Questionnaire-Utilities 楽しい学校生活を送るためのアンケート)などは多くの学校で実施されている。ここから児童生徒理解のためにいくつかの有効なヒントが提示されていくことは事実であるが、これらの諸検査が十分な吟味なく、実施に当たってのしっかりした注意事項を考慮しないで安易に行われているとしたら問題が生じてくる。また、知らず知らずのうちに子どもを「対象化」して観察するという考え方に慣れてしまい、子ども的人格が数字や記号で表示され、その結果をもとに子どもの心や行動が大雑把に[原因-結果]の関係で安易に説明されてしまうことにもなりかねない。私も教育研究所勤務時代、スタッフと一緒に予防的・開発的生徒指導の一助にと、学級・学校・家庭適応度調査「マイライフ」を開発し、毎年多くの学校で利用していただいた。この際、このような危惧を回避するために、あくまでも児童生徒理解の補助的な資料としての利用方法を提示することにエネルギーを注いだ。

これに対して内面的理解を試みる立場がある。これは教師自らが子どもの前に自分をさしだし(自己開示、self-disclosure)、両者が主体的に出会い、そこで感じあい響きあい、互いにうなずきあうような理解をいう。しかし、内面的理解を試みるのは決して容易ではない。いつのまにか身につけてしまった教師自身の

考え方のフレーム(枠)のようなものがあり、それになかなか自分では気がつかないものである。教師の持ついわゆる科学的思考方法と呼ばれるものであったり、既成の価値観や道徳観を無意識的に子どもに押しつけてしまったりする。しつけや道徳教育の重要性はいうまでもないが、悩み、混乱している子どもにいきなり道徳を持ち出しても、反抗するか沈黙するか無関心を装うほかないと思われる。こちらの感覚から生意気、不遜、不屈きと見られる子どもの言動も、ひとまずこれを彼らなりの「訴え」と解し、ともかくまず耳を傾けてみるゆとりが持てたらと思う。

言葉による訴え

言葉によって訴えることは、人間としてもっとも自然な形で、子どもの言葉の中にはたしかにこちらの自尊心をひどく傷つけるような攻撃的・挑発的・嘲笑的なものもあり、耳を覆いたくなるような暴言も決して少なくない。もちろんこのような言葉はたしなめられ再考を促すことが必要であるが、現実にはこちらが先に感情的になって指導どころではなくなってしまうことが多くある。また一方、思春期には「沈黙」という形の訴えもある。「黙っているから解らない・・・」とか「困ったこと、悩んでいることがあれば話してみてもどうか・・・」とよく口にするが、このような言葉が交わされる場面をあとで考えると、子どもの発言に「先立って」自分が発言していることに気づく。このような場合いずれも自分が発言を促すほどよけいに子どもは沈黙する。子どもの発言を待って、それから発言するのが原則である。

身体による訴え

不登校児が登校前の一番不安なときに、頭痛・腹痛・吐き気を訴えることはよく知られている。一般に精神的に強いストレスを受けると、これはまず身体に表現される。いわゆる心身症は子どもから大人までの現代病の一つとしてますます増加の傾向にある。心身症は人間が身体と精神とを持った存在である以上避けられない運命的なものといえ、人間とその時代の問題の所在を示す警鐘とし

での役割を果たしているといわれている。また、教師にも一見して解る脱毛・抜け毛・過呼吸症候群・過敏性大腸症候群・思春期やせ症などは、身体による訴えの典型例である。当初は医学的なケアが優先するが、心理的不調を身体によって訴えているのであるから、この身体で表現しているものの背景を理解することは指導上重要である。

行動による訴え

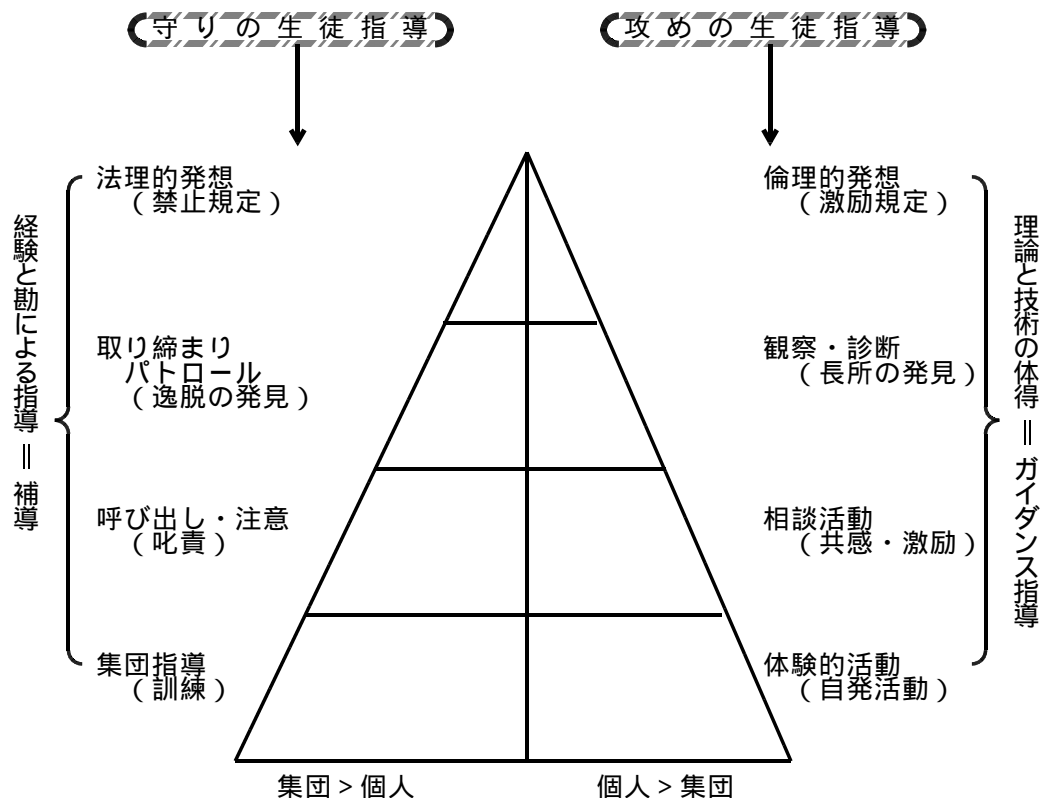
精神的ストレスが行動によって発散されることは多くある。喫煙・飲酒などの法律違反や各種の校則違反、非行・家出・怠学・校内暴力・家庭内暴力・暴走行為・有機溶剤脱法ハーブ乱用・性的逸脱行為・自殺（企画・未遂）などは、この行動化（action-out）の例である。問題発見の手がかりを子どもの側から示したことになるが、これをどう受けとめるかが問題となる。これらの問題行動は、広く捉えると思春期の危機とリンクした一過性のものか、パーソナリティの偏りから周囲との調和を欠いたための不適応現象と解されるものが多くある。ただごく希に、病的な過程の一つの表現としての行動化があることも念頭に置くべきで、暴言・暴行が妄想によるものであったり、家庭内暴力が強迫神経症に基づくものであったり、再三の自殺企画が境界例と診断される例があったりする。行動化には、さしあたっては本人の行動面の問題点だけに規制を加えることを先行させずに、その行動に潜む意味を検討するところから始めること

が大切である。なお、指導や援助を必要とする事例というのは、これらの目にとまりやすい問題行動が顕在化した子どもだけではないということに留意すべきで、むしろ一見手がかからないごく普通のように見える子どもの中に、精神的健康に問題を含む一群の子どもが含まれる点である。無気力・無意欲（アパシー）的な子どもは、心の中を決して周りに訴えようとせず、そのこと自体が一つの問題である。そのほか、目に直接止まりにくい事例に、各種の精神症状がある。自己臭恐怖（思春期妄想症）・視線恐怖・対人恐怖・離人的体験、不潔・確認などの各種の強迫神経症の症状がある。これらは本人にとっては不名誉また恥ずかしいことで、他に言いたくないし、知られたくないことである。これらは、「訴えにくい訴え」とまとめることができ、彼らは悩み、苦しみ、悶々と日を送り、ひそかに良い理解者と出会うことを待ち望んでいるのである。

教師が児童生徒とかかわるとき、児童生徒理解は大きなテーマである。児童生徒理解の深さによって、教師の生徒指導上のストレスは大きく変化する。学校全体でお互い情報を共有し協力し合うことは、教師一人一人がそれぞれ生徒指導から派生するストレスを昇華することにも繋がっていく。ストレスの表出のメカニズムを理解することは、児童生徒のみならず、教師自身のストレスを理解することにおいても有用である。

3 守りから攻めの生徒指導への転換によって学校全体は生き生き度を増す

守りの生徒指導	攻めの生徒指導
逸脱行為の取り締まり control、direction 非行対策 問題児童生徒対象 治癒的指導 事後指導 呼び出し 補導センター・警察 集団指導 集団規律・秩序維持 形（服装・行為）の指導 診断的理解 活動の点検 校外補導・校門指導 生徒指導係（部）の職務	自己指導の援助 guidance、counseling 教育指導 全校児童生徒対象 予防的、開発的援助 事前指導 自主来談 教育相談所・精神科医 個別指導 個人特性の発見・伸長 内面性への援助 共感的理解 自主活動、ボランティア 学級（クラス）活動、生徒会活動 全校教師の共同実践



(集団の秩序維持のために個人が参画する) (個人の成長のために集団がある)

生徒指導を「～すべからず」という消極的な指導から、「～しよう」という積極的な指導へ傾斜させていくことによって、学校全体の雰囲気は変化する。このことについて、次の著作は校種の違いにかかわらず一つのヒントを与えてくれる。私は勤務した学校においてこの内容を紹介し、生徒指導関係の教師と吟味し実践した。それは、「あたりまえだけど、とても大切なこと 子どものためのルールブック」(ロン・クラーク著 原著 The Essential 55 (Hyperion,2003))である。ここでは、「全米で最も優秀な教師」による超基本ルール集！あなたは子どもに教えていますか？というキャッチフレーズで、子どもたちが生き生きと学校生活を送れるように、社会に出てからも充実した人生を送れるようにとの願いを込めて以下の50(原書では55)のルールを提示している。

- ルール1 大人の質問には礼儀正しく答えよう
- ルール2 相手の目を見て話そう
- ルール3 誰かがすばらしいことをしたら拍手

をしよう

- ルール4 人の意見や考え方を尊重しよう
- ルール5 勝っても自慢しない、負けても怒ったりしない
- ルール6 誰かに質問されたら、お返しの質問をしよう
- ルール7 口をふさいで咳やくしゃみをしよう
- ルール8 何かをもらったら 3秒以内にお礼を言おう
- ルール9 もらったプレゼントに文句を言わない
- ルール10 意外なプレゼントでびっくりさせよう
- ルール11 人の成績をいいふらさない
- ルール12 人が読んでいるところを目で追うこと
- ルール13 質問には完全な文章で答えよう
- ルール14 自分から褒美を要求してはいけない
- ルール15 宿題は必ず提出しよう
- ルール16 教科の切りかえはすばやく
- ルール17 できるかぎり整理整頓をしよう
- ルール18 宿題に文句をいわない
- ルール19 代理の先生の授業でもルールを守ろう
- ルール20 授業中は許可なく席を立たない

- ルール 21 先生に挨拶しよう
 ルール 22 お客さまを歓迎しよう
 ルール 23 誰であれ、仲間はずれにしない
 ルール 24 叱られている人のほうを見ない
 ルール 25 宿題の内容について質問しよう
 ルール 26 きれいにあとかたづけをしよう
 ルール 27 バスのなかではおとなしく座っていよう
 ルール 28 人の名前をしっかりとおぼえよう
 ルール 29 食べ物欲ばって取らない
 ルール 30 誰かが何か落としたら拾ってあげよう
 ルール 31 次の人のためにドアを押さえていよう
 ルール 32 誰かとぶつかったらあやまろう
 ルール 33 公共の建物に入るときはおしゃべりしない
 ルール 34 訪問先では何かを褒めよう
 ルール 35 集会ではおしゃべりしない
 ルール 36 電話の対応はきちんとしよう
 ルール 37 お世話になった人にはお礼を言おう
 ルール 38 エスカレーターでは左(右)側に立とう
 ルール 39 全員で廊下を歩くときにはおしゃべりしない
 ルール 40 横入りをしてはいけない
 ルール 41 映画館では絶対おしゃべりしない
 ルール 42 学校に<ドリトス(スナック菓子)>をもってこない!
 ルール 43 もしいじめられたら知らせしてほしい
 ルール 44 信じるもののために立ちあがろう
 ルール 45 前向きに生きて、人生を楽しもう
 ルール 46 したいことがあるなら、やってみよう
 ルール 47 まちがいを受けいれよう
 ルール 48 いつも正直でいよう
 ルール 49 現在を楽しもう
 ルール 50 君のなれるもっとも素晴らしい人間になれ

「個性尊重」ということが叫ばれ、また「管理主義」への批判が高まるにつれて、「ルール」を決め、守らせることが逆によくなく、このように捉えられたりしている風潮がある。しかし、ルールを決め、守らせる、そんなあたりまえのことが、どれだけ子どもを伸ばし、そして子どもたちが楽しく過ごすことができるかをこの本は詳しく書いている。著者がニューヨークのハーレムで5年生を受け持った

とき、子どもたちは互いに嫌がらせをすればかりで勉強に全く関心がなく困ってしまい、どうしたら子どもたちに人を尊重する心、学ぶ意欲をもたせられるのかと考え、試行錯誤した結果生まれたのがこれらのルールである。このルールブックが、自由を大切にす米国において多くの人に読まれたということを知って、今の時代に共通する教育課題に触れた気がした。全米でブームになったこのルール集の内容の大部分は、かつて日本においては家族や地域の力で子どもが自然と身に付けていった事柄である。日本においても、今や学校で、あたりまえのことだけ大切なことを繰り返し説明し伝えていかななくてはいけなくなっているのではないだろうか。近年、ややもすると教師が教えることに臆病になっているといったら言い過ぎだろうか。とても気になる場所である。著者は、アメリカで様々な問題にうまく対処している教師には五つの共通点があると指摘している。一つは子どもたちが授業を面白がれるよう工夫していること、二つ目は子どもたち一人一人を気にかけて愛情を示していること、三つ目は子どもたちにどう行動してほしいかを具体的に教えていること、四つ目ははじめは必ずやめさせ学校を安全な場にしていること、五つ目は保護者と信頼関係をきずいて協力してもらっていること。このことは、校種を問わず教師の姿勢としてとても大切なことである。子どもたちが自分を大切に、人を尊重し、年長者を敬い、母国の歴史や勉強することを重んじるようになってほしいのは、私たち大人の共通する願いである。

随分以前になるが、私が勤務した学校で、生徒、教職員に対しての話の中で、次のことに触れたことがある。

『中央公論という月刊誌に連載されて、現在は単行本として書店に並べられていますが、「日本一の学生」と評された幕末の会津藩(現在の福島県)土・秋月悌次郎(ていじろう)の生涯を描いた、中村彰彦(あきひこ)著作「落花は枝に還らずとも」という小説があります。秋月悌次郎は、「今日の落花は来年咲く種と

やら」、すなわち、「一度枝を離れた落花は、その枝に還って咲くことは二度とできないけれど、来春咲く花の種にはなれる」という想いを心の根底に持ち続け、維新後の余生を教育に捧げた人でした。今咲き誇る桜の花や、その他の木々や草花の花を見て、まさしくその通りと膝をたたきたくになります。このことは、私たちの学校の教育にも当てはまることです。このなかで会津藩の幼年者の「什の誓い」(什とは遊び仲間のこと)について述べられているので、少し紹介したいと思います。これは藩校「日新館」に入学する前の遊び仲間が、遊び(学習)の前に、仲間とともに毎日声に出して復唱することを義務づけられた文句で、自治的な定めです。守られなければ制裁もあるものでした。同年輩の少年たちが大声で暗唱する内容は、8つあります。

- 1 年長者のいうことに背いてはなりません。
 - 2 年長者には御辞儀をしなければなりません。
 - 3 虚言(うそ)をいうてはなりません。
 - 4 卑怯なふるまいをしてはなりません。
 - 5 弱いものをいじめてはなりません。
 - 6 戸外で物を食べてはなりません。
 - 7 戸外で婦人とことばを交わしてはなりません。
 - 8 ならぬことはならぬものです。
- 7項目の「なりません」を受けて「ならぬこ

とはならぬものです」と締めくくる論理は、気持ちが落ち着き、聞くものに不思議な感動さえ覚えさせるものだったようです。このような会津藩特有の教育は、まだ判断力が十分でない少年たちが独断に走るのを防ぎ、自ら律する心と友人たちとの一体感を育むのに大いに影響を与えるものでした。「男女7歳にして席をおなじうせず」の時代においての第7項「戸外で婦人とことばを交わしてはなりません」だけはすでに時代遅れとなっており、この中には現代にも範とすべきものが密かに息づいています。第1項目から第6項目までと第8項目は、本校の教育の中でも是非大切にしたいことです。』

子どもたちの自主性を尊重したこれらのルールは、人と人が交わるコミュニティにおいて社会人となる将来を見据えた学びを展開するうえで必要最小限のものではないだろうか。「什の誓い」はそれぞれ「なりません」と結んでいるが、「～しよう」という積極的なものである。穿った見方で会津藩が幼少から洗脳教育をおこなっていたという意見は、時代背景の中で必死に子どもを育てるといふ大人側の叡智を見逃している。あたりまえであってもとても大切なことを、学校全体で繰り返し繰り返し説明を通して伝えていくことは、子どもの自発性を主眼とする攻めの生徒指導である。

(4) 論理療法は教師のメンタルヘルスを改善し探究力や思考力を高める

アルバート・エリス(Albert Ellis)が創始した論理療法(R E T Rational-Emotive-Behavioral-Therapy)は、心理主義や自己卑下に陥らない自己点検法で、「考え方次第で悩みは消える」をモットーにした自助的色彩の強い心理療法である。

1) 論理療法においては基本的な考え方として次のA B C D E モデルに着目する

A (Activating Event)	混乱させられる契機となった出来事をさす。
B (Belief System)	強く信じ込んでいる一連の「思いこみ」のことで、このピリーフが論理的であるか否かによって次の結果が異なってくる。
C (Consequence)	Bの結果として生じる感情をさす。
D (Discriminant and Dispute)	不快な感情をもたらした非論理的なピリーフを明らかにし、徹底的に反論して粉碎することである。
E (Effect)	合理的なピリーフを獲得し、不快な感情が解消されることをさす。

不快な感情Cはそれに先行する出来事Aによって引き起こされるのではなく、その人のビリーフ(belief)Bが非論理的であることによって生じる。したがって、不快な感情をもたらしたイラショナル・ビリーフ(irrational belief)Bに反論Dを加え、論理的なビリーフを獲得し、不快な感情を低減することができたときに効果Eがもたらされるという考え方である。

2) 悩みを生み出すビリーフ

エリスは次の例をあげている。授業中誰かが「ボタンと音を立ててドアを開閉」(出来事)すると、多くの受講生は「不快」(悩み)である。それゆえ「出来事」が「悩み」の原因であると思ってしまう。しかし実は「出来事」そのものが原因ではなく、その「出来事」に対するビリーフ(受け取り方、固定観念、文章記述)が問題なのである。例えば「ドアは静かに開閉すべきである」というビリーフがあるから「不快」という感情が生じるのである。その証拠に、ドアがボタンと音を立てて開閉される度に受講生に千円札を一枚ずつ配ってみると、やがてドアが音を立てて開閉する度に受講生は「しめた!」という快の感情をもつようになる。それは「出来事」(状況)が変わったからではなく、ビリーフが変わったからである。すなわち「ドアは静かに開閉すべきである」というビリーフから「ドアの開閉の音は千円がもらえるサインである」というビリーフへ変わったからである。

3) 論理療法の発想で教師が自分の悩みを解く

悩みを解くには、自分にはどういうビリーフがあるかを発見し、そのビリーフを自分で検討し修正する。次の三つは落ち込みや怒りなど教師の悩みを生み出している主なビリーフである。

(a) 教師は子ども、保護者および他の教師の気に入られねばならない

この非現実的なビリーフのために教師は疲れるのである。日々の生活において自分の周りの人の欲求をすべて満たすことはできないのが世の常であって、フラストレーションを

与えられた人にすれば不快であるから好意的に反応しないのは当然である。すべての人の気に入られるのは無理であって、自分は神様ではないから本意ではないが人にフラストレーションを与えるのはやむを得ないのである。ところがそのような自分を甘受せず、自分の接するすべての人の欲求を満たすことによって気に入られようとするから疲れるのである。そして自分を気に入ってくれない子どもや保護者がいる限り、自分は駄目な教師だと思いついてしまふのである。仮に、もしすべての子どもやすべての保護者の気に入られている教師がいるとしても、これは好ましいことかということ必ずしも好ましいとは言い切れない。教師は人に好かれるために給料をもらっているのではなく、子どもを社会化(Socialize)する役割に給料は払われているのである。社会化とは現実原則(社会のルール)の学習であるので子どもは快楽原則の抑制を強いられ、その結果、不満、不快、恨み、怒りなどを教師にぶつけることになる。教師はこのことを承知で社会化に徹するのであって、これが教師のメインの仕事であるから、この仕事を遂行した結果より多くの人に気に入られたらそれに越したことはないがたとえ気に入られなくても悩むことはないのである。仮にすべての子ども、すべての保護者から気に入られたとしても、一度人から好かれ始めると、その好意や愛を失いたくないと思うのが凡人の常であって、愛を失いたくないので相手の気に入られようとしていつのまにか自分を見失って自己疎外感を持つことになる。こうならないために、例えば「人の気に入られないからといって、自分は生きられないわけではない」というビリーフに修正する。

(b) 人は私の期待にそうべきである

教師の持ちがちな第二のビリーフは、「子どもや保護者は教師の欲するとおりに行動すべきである」である。たとえば「起立!」と言えども子どもは起立すべきである、「8時に集合」とアナウンスしたから子どもは定刻に集合すべきであるといった類のビリーフがあるから子どもがこちらの欲するとおり行動し

ないとイライラするのである。このピリーフが教師のメンタルヘルスを損なうのは、実はこのピリーフが人生の事実在即していないからである。人は誰かの欲求に従って生きるためにこの世に生まれてきたのではないということを、人生の事実として捉えるべきである。にもかかわらずこの事実を無視して、人生は私の願望のとおりでなければならぬと何回唱えても人生の事実は変わらない。子どもが教師の欲するままに動いてくれればそれに越したことはないが、教師自身にしても他の人の欲するとおりに動かないこともあるのだから、子どもに対しても「教師の欲するとおりに行動すべきである」と言い続けるだけでは問題は解決しない。どうすれば少しでもお互いの欲求を満たし合えるか、その対処法を考えることが重要なのである。

(c) 完全でなければならぬ

教師の悩みを生み出す第三のピリーフは、「教師は失敗すべきでない。教師は完全でなければならぬ」というピリーフである。誠実で律儀な教師ほど自信喪失や自己非難に陥るのはこのピリーフのせいである。このピリーフも人生の事実を無視して、人間は完全無欠な全能ではないのであるから、人の心が見えないので悪意がなくても人の心を傷つけることがある。人を傷つけるべきではないと気兼ねばかりしては、「自分はこうしたい」という主張が出てこなくなる。教師には、失敗しても次回には同じ失敗をしないためにはどうすればよいかを考え、教育技術や教師としての姿勢を向上させていくことが必要である。試行錯誤をすることによって、行動変容が生じるのであって、失敗を恐れ石橋を叩いても渡らない態度が身についた教師には、探究心も生ぜず創造的で清気に溢れた学級経営も期待できない。律儀で良心的な悩みの深い教師は、「世の中にザ・ベストはない。マイ・ベストをつくすのが一番」という心構えが必要である。失敗すべきでないと考える完全癖者は、ザ・ベストを求めないので永遠に満足することがないのではないだろうか。25歳の教師は25歳なりに自分をフルに発揮

すればよいのであって、何年か経って振り返ってみると稚拙な言動だったと思うかもしれないが、「今の自分はこれしかない」とあるがままの自分(actual-self)を受け入れることが大切である。「結果が完全であるに越したことはないが、大事なことはマイ・ベストを尽くしてその瞬間瞬間を楽しむこと」というピリーフに修正する。

4) イラショナル・ピリーフを修正する認知的技法

論理療法の目的は、イラショナル・ピリーフを現実的で合理的なラショナル・ピリーフ(rational belief)に変えることである。まず自分にはどのようなピリーフがあるかを発見し、次にそのピリーフを自分で検討し修正を試みる。

(a) 怒りや落ち込みなどのいやな感情の原因になっているイラショナル・ピリーフのみを取りあげる。

「感情のあるところに思考あり」で、思考(ピリーフ)があるから悩み(感情)が生じる。ピリーフは潜在意識レベルであるが、そのつもりになればいくつか思い出すことができるので、少しずつ悩みの原因も明らかになってくる。

(b) 悩みの原因らしきピリーフを発見したら、まずそのピリーフを支える事実(根拠)があるか自問自答する。

幼少時に祖母から「女の子はどんなことがあっても我慢しなければならない」というピリーフに洗脳されて、教師になっても子どもに対して我慢しかできない人がいる。このようにとき、祖母の教えが現代にも役立つということを論証できるかを自問自答してみる。

(c) 「論理性があるか」を検証する。

「私は保護者に注意された。それゆえ教師失格である」というピリーフが原因で落ち込んでいる教師がいるとする。この時、この文章記述の「それゆえ」が問題となる。どうしても「それゆえ」と続けなければならない必然性があるだろうか。「私は保護者に注意された。だからといって私は教師失格というわけではない。注意した親の責任回避ではないか」

「私は保護者に注意された。だからといって私は永遠に教師失格というわけではない。これを機会に教育技術向上のため研究を始めよう」など、いくつもの文章記述が考えられる。このように数ある文章記述の中からたまたま任意に自分の不幸福感を増すような文章記述を選んだだけであり、どうしてもその文章記述を選ばなければならぬという必然性、論理性があるわけではない。同じ任意な選択なら自分が幸福になれるピリーフを選んだ方が良い

と自分を説得する。これまで人から植えつけられたピリーフを固守するのではなく、自分の考えで修正していく。

精神の高揚した幸福感のある生活を送るためには、文化や常識に挑戦していく気概が必要であって、探究力、思考力を身に付けているかどうか重要なものとなる。メンタルヘルスの自己管理の鍵は、「探究力、思考力あるところに悩みなし」というピリーフにあるともいえる。

(5) 交流分析は教師間のコミュニケーションに影響をおよぼし同僚性を育む

1959年頃、アメリカの精神科医、エリック・バーン(Eric Berne 1910-1970)は従来の難解で治療にも多大な時間と労力を要する精神分析にあき足らず、精神分析を土台にしてその口語版ともいべき交流分析(Transactional Analysis、以下TA)を創案した。人間の行動に関する1つの理論体系であり、それに基づいた治療法で、以来この方法は急速に普及していった。

交流分析は、人間の心を三つの私、P(親の心)、A(大人の心)、C(子どもの心)で捉え、自己分析を通して人間関係の分析(人間的な交流のあり方の分析)に役立つものである。その主な目的としては、

自分への気づきを増す

自分への「気づき」を深めることにより、心身の自己コントロールを可能にする。

自律的な生き方をする

- a. 悩みや問題を他人や環境のせいにしなくて、自分の感情、思考、行動について自分で責任を持つ。
- b. 「過去と他人は変えられない」という事実をふまえ、人間関係の問題を解決するにあたっては相手を変えようとせず、自分の感情、思考、行動を変える道を選ぶ。最終的には、脚本(無意識の人生計画)から脱出することである。

真実の交流(親交)を回復する

親子、兄弟姉妹、夫婦、教師対子ども等との人間関係において、愛情と信頼に基づく

真実の心のふれあいを回復する。

これらのことは、厳しい現代社会の中で、心身の健康なバランスを保ちながら自己実現をはかろうとする人たちにはとても大切なことである。交流分析は、構造分析、交流パターン分析、ゲーム分析、脚本分析で構成される。

1) 構造分析(Structural Analysis)

TAの基本になるのは、「人間皆、自分の内部に3つの私を持っている」という考え方で、それらを自我状態という。自我状態は、思考および感情、さらにはそれらに関連した一連の行動様式を総合した1つのシステムと定義される。

構造分析は、この自我状態がどんな仕組みになっているのかを明確にすることを目標とし、各人のP-ソナリティの分析を目的とする。

交流分析における自我状態。

親の自我状態 P (Parent)

実際の親から直接取り入れた部分で、Pには次の2つの面がある。

a) 批判的なP CP (Critical Parent)
自分の価値観や考え方を正しいものとし、それを譲ろうとしない部分。

b) 保護的なP NP (Nurturing Parent)
親切、思いやり、寛容な態度を示す部分。

大人の自我状態 A (Adult)

我々の人格の中で、事実に基づいて物事を判断しようとする部分。コンピュータにたとえられ、論理の法則に一致する状態。

子どもの自我状態 C (Child)

Pには、次の2つの面がある

a) 自由なC FC (Free Child)

親のしつけの影響を受けていない、もって生まれた自然な姿。

b) 順応したC AC (Adapted Child)

自分の本当の感情や欲求を抑えて親や教師の期待に添おうと努めている部分で、主に両親の影響のもとに出来上がったもの。

CP	NP	CP優位	厳しい人
		NP優位	優しい人
A		A優位	冷静な人
AC	FC	FC優位	陽気な人
		AC優位	忍耐強い人

次の例でそれぞれの反応を比較してみる。

例：あなたが可愛がってきた近所の中学生で、日頃からいい子だと思っていた子が、ス・パ・で万引きをしたという連絡を受けた。この時とっさにどう反応するか。

【CP】

「いい子だと思っていたのに仕様のない子だ。いったい親はどんなしつけをしてきたのか」「そんな善悪の判断もつかないようでは駄目だ」「社会の規則が守れないようではどうする」「～すべきである、～でなくてはいけないなど批判、教訓、説教的なもので、道徳的、倫理的な側面から価値判断にもとづく心の動き。

【NP】

「今ごろは後悔しているだろう。早く行ってやらなくては」「つい魔がさしたのだろう。かばってやらなくては」

よく親の言動にみられるもので、思いやり、寛容、いたわり、保護するなどの心の動き。

【A】

「一体、またなぜあの子が。何か原因があるに違いない。鍵っ子だと聞いているし」「そういえば、家が苦しいと聞いていたが、何か事情があったのかも知れない。その辺の事情をよく聞いてみよう」

客観的な状況をとらえて判断しようと、冷静に判断したり、現状分析したり、論理的に考えたりする心の動き。

【FC】

「たいへんだ。困ったな。私の責任だなんて言われるんじゃないか」「まったくかなわないな、こんなことで面倒に巻き込まれるなんて」「私が批判を受けるのではないかな。そんなことにでもなると、私の面子はまるつぶれだ」

大人としての感情や道徳とか、社会的規範などにとられない自己中心的な子どもの心の動き。

【AC】

「困ったな、自分一人では解決できそうにもないな、先輩に助けてもらいたいな」

つい他人に救いを求めてしまう依存的な考えで、親や周囲のいいなりに動こうとする心の動き。

2) エゴグラム (Egogram)

エゴグラムは、構造分析を具体的にわかりやすくするための方法の1つとして、バーンの弟子であるジョン・デュセイ (Dusay, J.M. 1977) によって開発された。

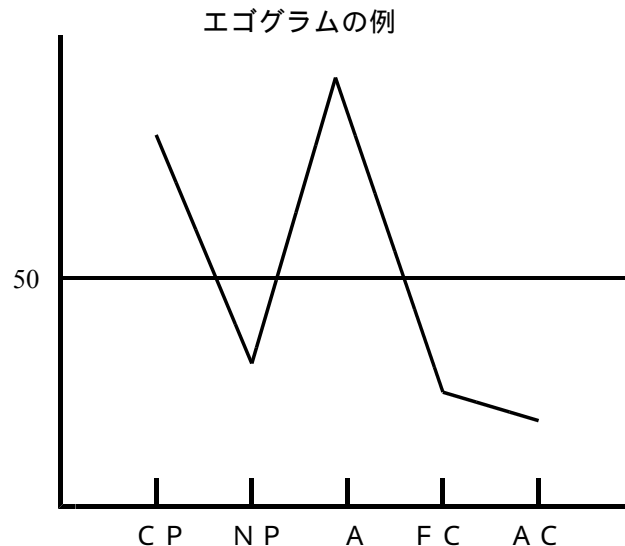
自我状態を機能的にとらえ、5つの自我状態が放出する心的エネルギーの高さをグラフにしたものを、エゴグラムと名付けた。

個人の性格の内に潜む力

性格の色々な状態を移動するエネルギーという2つの面から性格を描写し、行動を修正していく機能分析の方法である。

例えば、東京大学医学部心療内科 TEG 研究会が開発・作成した TEG (東大式エゴグラム、質問紙法) などを用いて、自分の性格の特徴や行動パターンに気づき、今後の自己成長を図る手がかりとして利用できる。また、他者との違いに気づいたり、周囲とのコミュニケーションスタイルを見直すきっかけとしても利用できる。

手軽に利用できるエゴグラムも多数開発されているが、ここでは省略する。



様々な知恵を働かして現実の生活をうまく生きようとしている自分をいま仮に「現実の私」と呼ぶならば、一方ではその背後にあってそれと密接な関係を保ちながらもそれとは異なる「純粋な私」あるいは「本来の私」というべきものが存在する。もしこのような自分の人格の事実を知らない人は、自分が本来生きたいと望む人生を生きていないわけであり、ただ自分の中でその時々において衝突し合う心の力の間を揺れ動いたり安易な妥協に陥ったりしながら日々を過ごしていることになる。従って、良心・理想・知性・愛情・欲望などの間で葛藤を起こしがちな「現実の私」を知るだけではなく、それらを越え統合して「本来の私」を生きようとするもう一人の私への自責を深めていくことが、真の幸福そして自己実現への土台をなすものと言えるのではないだろうか。自己分析を行うということは、人格の本来的部分、現実的部分、さらには日常の行動との間に、可能な限り自由なコミュニケーションを打ち立てそれらの統合をはかっていくために必要なことなのである。実際、人は、本来の自分、現実の自分、日常の行動がうまく調和したあり方に近づくほど、人間らしく生きることができるものである。ところで、「本来の自己」を知るためには、まず、徹底的に現実の自分の姿を知らねばならない。また、その現われとしての、われわれの日常の行動のあり方、特に人間関

係の歪みについて究明することが大切になってくる。この意味においてエゴグラムは、その都度いくつもの示唆を提供してくれるものである。

1) エゴグラムの読み方

まず、一番高い箇所注目して、どの自我状態が優位のエゴグラムかを判断する。

各優位タイプの基本的な性質を考える。

低い自我状態の性質を併せて考える。

最後に、その他の自我状態の高低を考えながら、総合的に判断する。

2) 心的エネルギーの流れ

一定の法則 $(P + A + C) \text{ mm} = K$

$P + A + C$: 批判的な親、保護的な親、大人、自由な子ども、順応した子どもの5つの自我状態すべてで基盤を象徴するものである。
 mm : 自我状態内の心的エネルギーの位置を決定するのに貢献している心的因子以外のものを指している。

K : 「一定」因子で、代数的に各人に利用できる心的エネルギーの総量を示している。いかなる人においても、心的エネルギーは常に100%可動している。そしてエネルギーの実際の増減は異なった自我状態へのエネルギーの移動として見るのがより適切で、変化の最大公約数は心的エネルギーの移動であると捉える。

3) エゴグラムを用いての自己変容

目標をはっきりさせる。

一番高い部分はどこか。

何か問題が生じたときやストレスの下で、直ちに反応する自我状態。

一番低い部分はどこか。

心のエネルギー - の給付が最も手薄になっており、性格の中でかなり不活発な部分。

パターン分類による活用。

どのような型が優れていて、どのような型が悪いというものではない。

高い箇所を縮めるより、低い部分を伸ばすようにする。

例えば、

CP を高める：時間や規則にもう少しうるさくなる。

NP を高める：他人へのサ - ビスと親切を心がける。

A を高める：テレビのニュース解説や科学番組を努めて見る。

FC を高める：人の顔を見て、どんな動物に似ているか想像する。

AC を高める：聞き上手になる努力をする。多少とも自分を変えるということは P、A、C 間のエネルギー - 配分を変えるということになる。

どんなタイプの人間として生きたいか。

どんな生き方を望んでいるか。

自分を変えるには、エゴグラムの上で、縮めるよりも伸ばす方がうまくいく。

変わるのを妨げる力に打ち勝つこと。

健康な性格を作る。

抵抗に気づく。

対人関係の改善を図る。 など。

3) 交流パターン分析

(Transactional Pattern Analysis)

二者間の交流パターンを分析するもので、自分の他人に対する対応の仕方や、他人の自分へのかわり方などを調べて、二人の自我状態のコミュニケーションを探るものである。

P、A、C を応用して日常のお互いのやりとり (言葉、態度、行動) を分析し、対人関係を目で見えるように図式化してその交流をベクトルで表して分析する。お互いのやりとりに

は、表面的な言葉だけでなく、非言語的なものも含まれる。

基本的な対人関係として、

・相補的交流 (適応的交流)

Complementary Transaction

・交叉的交流 Crossed Transaction

・裏面的交流 (仮面的交流)

シングルタイプとダブルタイプ

の3つの交流パターンがあることを理解することは大切である。そして、お互いが

(a) 相補的なやりとりをする。

(b) 相手の言葉の裏に隠されている感情をくみ取り、その気持ちに反応する。

(c) 「成人 A」の自我状態を働かせ、「批判的親 CP」や「子ども C」の自我状態の反応をコントロールする。

ことを心がけることで、気持ちのよいやりとりが可能になる。各交流の具体的な例を示す。

相補的交流

P 対 P

母親 1 「Aさんのお子さん、病気で学校休んでもう1か月にもなるんだって」

母親 2 「Aさんも辛いでしょう。元気づけてあげようよ」

A 対 A

母親 「Bくん、もうお風呂沸いた」

息子 「うん、5分ぐらい前にガス止めたよ」

C 対 C

C子 「ねー、今日のバイトで給料入ったの。食事に行かない」

D子 「ええ、行きましょう。私いい店知っているわ」

遊び友達のやりとり。なぐさめあい。

C 対 P

先輩 「PTA だよ、はじめてのことなので、うまく編集できないんですが」

先輩 「いいよ、わからないところは手伝ってあげるから」

先輩の後輩への援助。母子密着。

交叉的交流

ある反応を期待してはじめて交流に対して、予想外の反応が返ってくる場合をいう。

沈黙を生じたり、話題が変わってしまったりする。時には言い争いになるなど人間関係の中で苦痛の源となりうる交流である。

A A対P C

母親「E君、もうお風呂沸いたかしら」

息子「(うるさいな)お風呂ぐらい自分で見ればいいのに」

もはやお風呂が沸いたかどうかの問題ではなくなり、互いの人間関係のあり方に進んでしまい、このあと予想されるのは「なんですか、親に向かってその口のきき方は」、そして、「欲しい物、もう買ってあげない」という結末になる。

P C対P C

父親「また成績が下がったな。おまえがもっと注意しなきゃ」

母親「あら、あなたこそ。F男に注意してくださいよ」

ケンカ。相互に非難しあうとき。命令、忠告等に対する逆襲。

A A対C P

母親「そんな高級なものでもなくても間にあうでしょう」

娘「いいわよ、ママはどうせ姉さんばかり大事にするんだから。私なんかどうでもいいんでしょ」

事実を問題にしているのに、感情的に反応する場合。すねる。ひがむ。ひねくれる等の態度。

C P対C P

夫「本当に気が利かないな。おふくろなんかなにも言わなくても好きなものわかったのに」

妻「あなたのお母さまは立派です。私だって一緒懸命やっています。もっと優しくしてくれてもいいでしょう」

相互に欲求不満に陥っている場合。内心甘えたい気持ちの強いもの同士のケンカ。

P C対A A

父親「おまえバカだな、あんな厳しい部に入っている。勉強との両立ができるのか」

息子「まあまあ、あまり興奮すると、また血圧が上がるよ」

攻撃的態度に対するクールな反応。はぐらかし。

P C対A A

母親「G中学校にどう行けばいいんですか」

老人「その洋服なかなか似合ってるね」

まじめな質問にふざけて答える。話題の転換。大きな食い違い。

裏面的交流

顕在的な交流と潜在的な交流の両方が同時に行われている複雑な交流である。表面(社会的)ではもっともらしいメッセージであるが、その主な欲求や意図、真意等が裏面(心理的)に隠されているのが特色である。

A A(A C)

裏面的交流(シングル・タイプ)

表面

母親1「Hちゃん、入学おめでとうございます。

制服もよくにあうし本当によかったね」

裏面

母親1「(もう1つ上のランクの学校に入れなかったのかしら、また次の入試のとき苦労するわ)」

本音を隠した社交辞令

裏面的交流(ダブル・タイプ)

表面

老いた母親「相変わらず料理下手だね。ご主人が気の毒ですよ。かしてごらん、わたしがやってあげるから」

娘「はい、はい、お願いします。いつまでたってもお母さんにはかないません」

裏面

老いた母親「(わたしはまだ、あなたたちの邪魔になっていないかしら)」

娘「(そんなに心配しなくてもいいのよ。いつまでもお世話しますから)」

老人とその子どもの交流。

学校において教師間、教師と子ども、教師と保護者の間のやりとりにおいて、これらの例のようにどの形になっているかを振り返ることは、より良い交流への改善につながる。

4) ゲ - ム分析 (Game Analysis)

人間関係の中でトラブルとなってしまうこ

じれた交流を、T Aではゲ - ムと呼ぶ。錯綜した人間関係のからくりを追求していくのが、ゲ - ム分析である。

例 1

母親「先生、うちの子の成績をあげるためにどのような学習方法がよいのでしょうか」

教師「部活動がきついですね。しばらく休部したらどうでしょう」

母親「はい、でも子どもは部活動が大好きなもんですから」

教師「基礎体力が不十分らしく、かなり疲れているようです。宿題もぜんぜんやってみませんし、体力がつくまでしばらく練習を休んで勉強時間を確保してください」

母親「でも、約束できますかどうか。家に帰って相談してみますが」

教師「折角学校においでになったのですから、今日これから部の顧問と話し合ってみてはいかがでしょうか」

母親「はい、でも……。先生がそれほどおっしゃるのなら、一応お会いしてみましようか」

(おそらく会わずに帰るだろう)

教師「……………」

裏面「(先生のいうことを受け入れるつもりはありません)」

例 2

家庭科実習の準備中、調理台のソースをひっかけて落としソースをこぼしてしまった教師。あなたのせいでこんなになったと相手に責任を転嫁するゲーム。

表面

教師 1「ここにソースを置いたのは誰ですか。

こんなところに置いたのがいけないんです」

教師 2「ごめんなさいね、私です。そこに置かなければよかったのにね。悪かったね」

裏面

教師 1「本当は私が悪いんです、でもそれを認めると私の立場が悪くなるので責めないでほしい。私は予防線をはったのだから」

教師 2「よくわかっているからいいですよ。私だって、いつ同じことをするかもしれないから」

5) 脚本分析 (Script Analysis)

T Aでは人生を1つのドラマとしてとらえる。そのシナリオは人生早期の親子関係によって作られ、人生への反応様式を決定するとされる。脚本が建設的であるか、破壊的であるかを調べ、もし破壊的な脚本であれば、「いま、ここで」で書き直すことがT Aの究極的な目標となる。

6) 交流分析の学び方

交流分析の概略だけを記した。そもそもエゴグラムをもとにした自己改造のポイントになるのは、われわれが幼い時に両親を初めとする周囲の人たちとの関係を通して植え付けられた性格のひずみ(人生脚本)を、現時点で体験的に自覚し、それからの脱出を図るために生活訓練をするところにある。例えば個人が他人との交流関係において、自分も他人もOK(自己肯定・他者肯定)、自分はOKでなく他人はOKである(自己否定・他者肯定)、自分はOKであるが他人はOKでない(自己肯定・他者否定)、自分も他人もOKでない(自己否定・他者否定)の4種の基本的構えは、幼少期の親子関係の中で決定されていくといわれている。すなわち、われわれは幼少期に形づくられた目に見えぬ人生脚本の呪縛に操られて、「本当の自分」と今ここでの現実に即した生き方ができずに苦しんでいることが多いものである。自己の再発見と自己改造によって、新しくより健やかなセルフ・コントロールへの道を開くためにも交流分析は有効である。

教師が人間関係専門職としての期待を担う状況において、交流分析を学び理解を深めていくことは、何かの示唆をもたらしてくれる。私のこれまでの実践を振り返ってみても、交流分析に出会ったことによる変化に時々気づくことがある。交流分析は教師間のコミュニケーションに影響をおよぼし、組織内の爽やかな交流によって同僚性を育むことにも貢献できる。

おわりに

教職大学院における様々な活動にここ3年間参加し、学校・教師が抱える課題について考え、議論していると、教師の多忙化という問題がひしひしと伝わってくる。経験を十分に積んだ中核世代の教師においては、現場をまとめるリーダー的存在であり、一人で何役もこなさなければならず、仕事が集中し負担が重くなっている実情もうかがえる。教師の健康は子どもたちに直接影響しかねないし、学校教育の要である教師が不調であっては大変である。学校マネジメント改革の一つに、教師の多忙解消への取り組みを組み入れることは重要で、学校独自に、さらには教育行政機関や関連機関が連携してフォローアップ体制を整えることは急務である。さらに、教師に期待されることも、ますます時代の変化と共に多様化し膨らんできていることを強く感じている。このような状況下で、各学校において、子どもたちと向き合い、子どもたちの将来を思い様々なストレスを抱えながらも奮闘し日々努力している教師の姿が見えてくる。

しかし学校や教師に対する目は依然として厳しい。「いじめ」や「体罰」の問題が浮上してくると、ここぞとばかり学校、教師バッシングが全国に波及し、学校教育の全てが否定されてしまうような状況に陥ってしまう。教師・学校が、信頼され、理解され、協力されながら、これからの時代を担う大切な子どもたちを育てる安心安全の場の最たるものとしての存在を願うことは叶わないのであろうか。時代がどのように変化しようと、社会が

どのように変化しようと、子どもたちと教師・学校の絆は将来にも続く本来尊いものである筈である。このことに焦点を当てて、教師の力量というものを捉えていくべきであろう。

教師教育研究 VOL.6 では、教師の力量形成について、教師は自身の資質・能力を長い道のりでどのように高めていけるだろうかを、「教師を育てる」「教師が育つ」の視点に立って生徒指導に関連する話題で振り返ってみた。十分な振り返りはできなかったが、生徒指導に関連する問題でストレスを抱え込む教師は少なくないので、教師のメンタルヘルスは学校という組織においてとても大切な問題であると今も認識している。

子どもや保護者との学校での出会いは限られた数年であるが、学校を離れても将来再び出会うときが必ずある。その時は、「良い再会がしたい」「再会が楽しみである」、この思いを常に心に持って教師としてかかわっていくことが大切だと思っている。今年も5年ぶりに、教師になってまだまだ未熟な頃に担任という立場で出会ったクラスのメンバーが、同窓会を企画し集まってくれた。年齢60歳という人生の節目が間近に迫ってきた面々と懐かしく談笑する時、教師になって良かったと、私はこの上なく幸せな気分になる。そして、今回もまた、私の長い道筋において、彼ら、彼女らに育ててもらっていたのだという思いはさらに深まり、感謝の気持ちと心地よさが相俟って、まさに至福の時となった。

参考文献

- 1 「学習する組織 システム思考で未来を創造する」ピーター・M・センゲ
枝廣淳子 小田理一郎 中小路佳代子 訳 英治出版
- 2 「コミュニティ・オブ・プラクティス」エティエンヌ・ウェンガー、
リチャード・マクダーモット、ウィリアム・M・スナイダー
野村恭彦 監修/野中郁次郎解説/櫻井祐子訳 翔泳社
- 3 福沢諭吉選集 第三巻「学問のすすめ 学問の独立 ほか」福沢諭吉 岩波書店
- 4 「学問のすすめ」福沢諭吉 現代語訳：奥野宣之 致知出版社
- 5 「教師が育つ条件」 今津孝次郎 岩波新書 岩波書店
- 6 「意欲を引き出す生徒指導」 小泉英二ほか 編 教育出版株式会社
- 7 「生徒指導と学校教育相談」 今井五郎 編 ぎょうせい
- 8 「心理療法序説」 河合隼雄 著 岩波書店
- 9 「日本のこころ」 岡 潔 著 講談社文庫 講談社
- 10 「あたりまえだけど、とても大切なこと
子どものためのルールブック」 ロン・クラーク 亀井よし子翻訳 草思社
- 11 「みんなのためのルールブック あたりまえだけど、とても大切なこと」
ロン・クラーク 亀井よし子翻訳 草思社
- 12 「アルバート・エリス 人と業績 論理療法の誕生とその展開」
J.ヤンクラ& W.ドライデン著 國分康孝・國分久子 監訳 川島書店
- 13 「教育カウンセリングと交流分析」 杉田峰康 チーム医療
- 14 「エゴグラム・パターン - TEG 東大式エゴグラムによる性格分析 -」
東京大学医学部心療内科 著 金子書房
- 15 学校教育相談の理論・実践事例集 =いじめの解明= 1
編集 今井五郎 嶋崎政男 渡部邦雄 第一法規
- 16 学校教育相談の理論・実践事例集 =いじめの解明= 2
編集 今井五郎 嶋崎政男 渡部邦雄 第一法規
- 17 「アサーショントレーニングーさわやかな自己表現のためにー」
平木典子 日本・精神技術研究所
- 18 「武器としての決断思考」 瀧本哲史 著 星海社
- 19 「武器としての交渉思考」 瀧本哲史 著 星海社
- 20 「教師のための教育相談 Q&A ポケット - 子どもたちへ思いをこめて -」
福井県教育研究所
- 21 「MyLife マイライフ - いきいきとした学校生活をめざして -」 福井県教育研究所
- 22 「まるやかな心」 巨田元尚 巨田尚彦編
- 23 「高校教育と学校カウンセリング」 巨田尚彦