

ながなが「聴けない」教師



明治大学教授

諸富 祥彦

もろとみ よしひこ ワークショップに参加する教師一人一人が自己を見つめ、自分らしい人生をつくっていくのお手伝いしています。教師を支える会代表。スクールカウンセラー歴25年。気づきと学びの心理学研究会アウェアネス (<http://morotomi.net>) 代表。

こんにちは。諸富祥彦です。これから1年間、「教師のための聴く技術」というテーマで連載をさせていただくことになりました。

まずは自己紹介

1年間おつきあいさせていただくので、まず簡単な自己紹介をさせていただきます。

私はこれまで、国立大学の教育学部で教員養成、私立大学で臨床心理士や公認心理師の養成に携わってきました。28歳で大学の教師になりましたのでもう33年

になります。

同時に、小学校、中学校、高校で25年ほどスクールカウンセラーをさせていただきながら、全国の教育センターなどに

お招きいただいて、教員の研修を行っています。依頼されてきた主なテーマは、「不登校」「いじめ」「保護者対応」「教育相談講座」「学級経営」「人間関係づくり」「教師のメンタルヘルス」などです。また、中学校や高校で、全校生徒対象の講演や保護者（PTA）対象の講演も行ってきました。

ずいぶん、いろいろなところに行ってきたなあと思います。私の顔を見れば「あ

つ、あの人か」となるベテランの先生方も少なくははずです。

専門は学校カウンセリング、学校臨床心理学で、大学院で将来スクールカウンセラーになる方々を教えています。

もう1つの専門が、「精神力動論」「認知行動論」「システム論」と並ぶカウンセリング四大流派の1つ「自己成長論」の立場のカウンセリングです。人間性心理学、さらにはその延長上にあるトランスパーソナル心理学が専門です。

なかでも、カール・ロジャーズのカウンセリング、そのベースとなる深い傾聴や、フォーカシング指向の聴き方、さら

には、ロジャーズの傾聴をベースに独自に考案したE.A.M.A（体験—アウェアネス—意味生成アプローチ）の研究と実践、普及に取り組んでいます（E.A.M.Aは、めちやめちや、面白くて、大きなパワーを与えてくれるのです。ぜひ一度ご体験を！）。

また、開業カウンセラーとして、40代、50代、60代の大人が、自己のこれまでの人生を深く見詰め、新たな生き方を模索していく実存的なカウンセリングも日々行っています。特に、E.A.M.Aの方法で行うグループセッションで、参加者全員が聴き手となって、語り手の内面に深く入り込み、1つとなって展開していく濃密なグループプロセスに魅せられています。参加者の中には、現役の学校の教師や、退職した元教師で第二の人生の副業としてカウンセラーを志している方も少なくありません。

こうした活動を行ってきたことから、「教師のための聴く技術」という今回の連載をさせていただく運びとなりました。

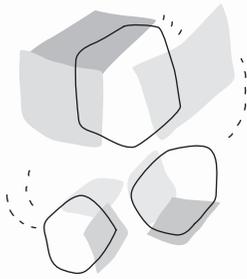
聴いても回復

内面の生命力が復活してくる

では、そもそも、なぜ傾聴が大切なのでしょう。か。「聴いてもらうこと」には、どのような意味があるのでしょうか。

ロジャーズがどう考えていたかは後々の回で触れるとして、まず、多くの方が体験的に理解しているであろうこととして、次の端的な経験的事実が挙げられると思います。

人は、聴いてもらえると、元気が出てくる。内面的生命力が復活してくる。



この「端的な事実」を認めない方は、あまりにないと思います。

なんだか、元気がないときに、友達とお茶をしながら、「ねえ、ちょっと聴いてくれる？」と話をしているうちに、なんだか元気が出てきた。

本音を話せる仲間がない現場で仕事をしているときに、大学時代の友人と会って、「ねえ、聴いてくれる？うちの学校、ちょっとおかしいんだ」「え、そうなの？それは、おかしいよ」「だよね…」こんな本音の話をしているあいだに、じわじわと元気が出てくる。

そんな体験を、多くの方はしたことがあるのではないのでしょうか。

ある著名な精神科医の方が、患者の予後を予測するうえで、「なんでも話せる友達がいること」を挙げているのも、多くの方が納得するところですよ。

私は、富士山の樹海で自殺を企図している人に声をかけるゲートキーパーの研修も行っています。「もう死んでしまおう」と思っただけで樹海に入った人も、崩せないほどの硬い決意をもって死に臨んでいると

は限りません。ゲートキーパーに声をかけられ、関心を注いでもらい、大切に話を聞いてもらっているうちに、多くの人は閉ざしていた心を開き始め、ぼつぼつと語り始めるそうです。そして、自死をやめるようになる人も少なくないのです。

自分に関心をもって、声をかけてもらえる。話を聞いてもらえる。

これが、人の心を大切にする基本的な方法であることは、疑いありません。

もちろん、学校の子どもたちも同様です。教師が、子ども本人に関心をもって、声をかける。気にかけてもらい、話を聞いてもらえる、子どもたちは、

「なんだか、この先生に、自分は大切にされている」

そのような実感を抱くのではないのでしょうか。

「指導ぐせ」を捨てる



「話を聞いてもらうこと」には、大き

な意味がある」

「子どもたちの話をていねいに聴くこと」は、大切である。一人一人の子どもを大切にしよう。『話を聴くこと』は、欠かせない」

このような思いを多くの心ある教師は、抱いているはずだ。

しかし、なかなかこれが実現できずにいるのが、実情ではないでしょうか。

中学校のカウンセリングルームにいたときのことです。ある日、そこにいた不登校の子どもに、担任の教師が話しかけました。

「最近、どうしてるの？ すごく、気に

なってるよ」

子どもは、最近自分がどんなふうにごじているか、どんな漫画を読んで、どんなゲームをしているか、楽しそうに話し始めました。先生のほうも「へえ、そうなんだ」「それはすごいじゃん」と、なかなかいい感じで、話が進んでいる感じがしました。

ここまでは、よかったです。

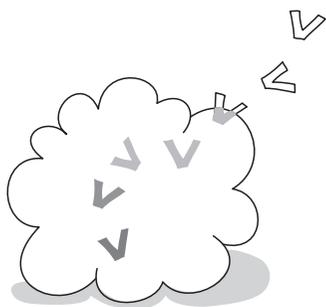
しかし、会話が始まった12〜13分くらいした頃でしょうか、ちょっと流れが変わってきました。

「おうちで楽しく過ごしてるのは、いいんだけど、それだけでいいのかな？」

「なんか、目標をもって頑張ること、見つけないとなあ」

子どものほうは、さっきまでの楽しい気持ちがいきなりせきとめられた感じで、黙ってしまいました。「は、はい」「そう思います」としか、言えなくなってしまうのです。

一方、教師のほうは、その逆に元気が出てきます。だんだん、子どもの話している声は小さくなり、教師の声が大きく



なっています。

「じゃあ、また、お話を聞かせてね」

そう言って、担任の教師はさっそうとカウンセリングルームを後にしました。

このわずか、15分程度のやりとりで、私が指摘したい教師と子どもとの会話における大切な要素のほとんどすべてが含まれているように思いました。

教師が子どものことを気にかけて、話しかける。子どもの興味があることを聞く。ここまでで、12〜13分。ここまででは、よいのです。

しかし、残りの2、3分で、教師の指導が入ります。

「おうちで楽しく過ごしてるのは、いいんだけど、それだけでいいのかな？」

しかも、この「指導」の瞬間、教師の声は大きくなり、教師はさっきより元気が出たように感じられます。一方、子どもの方は、「あなたは今、今の生活のままでは、よくないよ」、そう言われた気分になって、元気を奪われます。ここで15分の会話は終わりです。

この教師と子どもの会話、いかがでした

ようか。「私も、よくやっちゃうな」、そう思われた先生もいるでしょう。

あるいは、次のように思った方もいるかもしれません。「教師は、忙しい。だから、いつまでも子どもの話を聴いてくれるわけにはいかない」「この教師が話を聴くのを12〜13分で打ち切って、指導的な言葉をかけて立ち去ったのも、だから仕方ないことだ」と。

教師は忙しい。これ以上、1人の子の話を聴くのに時間をかけるわけにいかない。12〜13分も話を聴けば、じゅうぶんだ。教師はカウンセラーではないのだから。

それは、たしかにそうかもしれません。では、この教師は、どうすればよかったのでしょうか。

後半の2、3分の「指導に入る」時間をカットすればよかった、と私は思います。

子どもの話をせっかく12〜13分も聞いたのです。子どももうれしそうです。せっかくこのようにいい時間を過ごしたのですから、そこで止めて、

「あつ、先生は、もう行かなきゃ。ごめんね。でも〇〇さんのお話、聴かせてもらえて、すごくうれしかった。ありがとうね。また聴かせてね。約束だよ。今日は、ありがとう！」

こう言って、立ち去れば、よかった、と思うのです。

「教師のための聴く技術」としては、

「指導ぐせ」を捨てる。

ことです。

何か、指導めいたことや、アドバイスをしないと、仕事をした気分になれないとしたら、それは職業病です。子どもの側からすれば、せっかく話を聴いてもらえて元気になったのをおじやんにされる行為です。

子どもの話を5分聴いた。10分聴いた。それだけで、じゅうぶん。余計な欲を捨てること。そして「ありがとう。うれしかった。また聴かせてね」で立ち去ること。

これで、じゅうぶんなのです。