

IV 実践事例

1. A教諭の取り組み

●本当の自分

長期研修の中で、私は自分のことをなかなか信じてこずにやってきたなあとか、子どものことを信じないでやってきたんだなあということに対する気づきみたいなものがありました。

子ども達が失敗しないようにとか、問題行動が出ないようにとか、早め早めに自分が規制をかけ、枠にはめ込むような学級経営をしていたという思いを漠然とではあるが持っていた。それは、とにかく失敗したくない、他から批判されたくないという思いで動いていた自分だった。その先に人を信じるとか信じないといった課題があるとは現場にいるときには思っていなかった。

「私って自信がなかったんだなあ」「子ども達が伸びていく力を信じ切れてなかったんだなあ」そういう振り返りをするきっかけになったのは研修当初に体験したエンカウンターグループでの研修である。

エンカウンターという研修をする中で、みんなが本当に自分が思っていることを語られるのを見たりとか、私にぶつけられたりしたときに、ああ、今まで自分はこういう事にすごく逃げてきた、しないで来たんだな、無意識に壁をつくって防いできたんだなっていうのを感じることがありました。

これまでの自分は、本当の自分の気持ちは壁の後ろに隠しながら、まず自分が人にどう思われているかということが気になって、失敗しないようにという気持ちで人と関わってきたことに気づかされた。

こうしてA教諭の長期研修は自己否定から始まった。好きだと思っていた学級担任としての仕事も、結局は自分がよい評価をしてもらいたい、自分がよく見られたいという思いがまずはあって、そこから学級の子に関わっていったのではないかと、自分のこれまでの取り組みを否定する気持ちがあふれるように湧いてきた。

本当の自分を見られるのが嫌だった、怖かったA教諭だが、少しずつ本当の自分を出せるようになっていった。それは、自分の気持ちの動きがつかめるようになり自分のいろいろな気持ちに自分で納得できるようになったり、これまでの学級経営の実践の中から出来ていた部分を確認する機会を持つことが出来たことなど、研修を通して様々な気づきがあったからだと言ってくれた。その中でも、学校現場に是非持って帰って実践したい気づきがあった。

自分が話す事っていうのはたいしたことじゃないとずっと思っていたところがあって。だけどセンターでは自分が普段どんな思いで生きてきたかみたいなのところまで聞いてもらえる。聞いてもらえるから私も語るんですね。語ることで自分の中の見えてなかった部分が見えたりとか、そんな体験が何度もあったんです。

その時思ったんですけど、自分は語るまではない人間だって思ってるって事はすごく自分をいじめてますよね。私なんかが言うことはそんな大したことじゃないっていうのは、自分に対して自分はずまらん人間って日々自分をいじている。

だけど、自分の中でわき起こっている気持ちとか思いは蓋をしても動くんです。そんな気持ちや思いを安全に出させてもらえるということはすごい自己受容につながると思うんです。私の場合、出すだけではすごく甘えている気がして、出した以上は返ってくるものは受け取らないといけないという思いもありましたけど。

でも、安全に出せることの大事さみたいなものを日々の中で気づかせてもらった。それは学校に持って帰って、集団づくりの中に生かしたいことでしたね。

マイナス感情につい蓋をしてしまいがちだが、その気持ちは自分に何らかのサインを送っていること、そしてその気持ちに出口をつくってやれるのは自分しかいないことを研修中に体験したA教諭は、学級担任として子ども達がマイナス感情を安全に出せる関係づくりを心がけた。

●マイナス感情を溜めない

まず、子ども達と日々向き合っていく中で、子ども達に対して感じたいろんな思いを残しておかないこと、特にマイナス感情は溜めないことを自分自身が心がけた。

私自身が楽になるためにも子ども達に「今、私はあなた達のしたことで、こんな嫌な思いになっているんだけど」という伝え方、出し方をしました。

子どもたちとの関わりの中で自分自身が嫌な気持ちになったとき、そのままにしておく子ども達のことを恨むっていうわけではないですけど、やっぱり嫌な面ばかり見てしまうようになる。そうならないためにまず自分の「嫌だったよ」という気持ちを伝える、その上で「あなた達はどう思っているんだ」というやり取りをしたということが一つです。

●気持ちの言語化

また、「自分自身が子どもたちにとって得体の知れない人にはなりたくない」と思ったA教諭は、自分の気持ちに責任を持って子ども達と接することを心がけた。自分のいろいろな気持ちを子どもたちの前で正確に語ったり、繊細に表現することを通して人は互いの存在が近くなれること、相手を傷つけたり自分を必要以上に苦しめずに自分のマイナス感情に自分で付き合うことができることを子どもたちにも体験させたいと思った。

女の子に話しかけたりする中で、「ムカツク」とか「ウザイ」なんて言う言葉で全てを片づける子ども達が沢山いるなど思ったんです。その子ども達はその言葉で本当に自分の気持ちを片づけているかというところと絶対そうではなくって「ムカツク」「ウザイ」て言いながらもすごく気持ちは波打っているっていうか、いろんな事を本当は感じているんだけど、それを表現するのが怖かったり表現する言葉を持っていなかったりとかしているんじゃないかと思ったんです。

そういった子ども達が沢山いる。だから私は良いことも悪いこともいろんな事を繊細に感じて、それを出来るだけ、その感じた気持ちの通りの言葉で語ろうと思いました。人の気持ちっていうのは、こんなにいろんなふうに分かれているんだということを伝えたかったんです。

そのことで、ちゃんと自分の気持ちも動きを持っているということに気づいたり、自分の気持ちを吟味すればするほど、相手にもそういう気持ちの動きがあるという意識ができる。だから、きちんと吟味した気持ち、自分の気持ちに責任を持つつもりで子ども達に伝えようということ意識しましたね。

A教諭は、気持ちの言語化の取り組みとして「生活ノート」「学級通信」も積極的に利用している。これらも自分の気持ちを整理し、自分の気持ちに責任を持って出していく。その中で人の気持ちも受け止め関わり合うという体験の場になっていった。

●円座談会

学級の女子の中には、自分の気持ちをうまく言えないことで人間関係が悪かったり、本当のその子の姿とは違う姿が一人歩きしていたりすることがあった。誤解が誤解を生んで人間関係が壊れてしまっている姿を見かけ残念に思うことがあった。そこで、部活動のない日に「私の周りに集まって座って」と呼びかけ『円座談会』を始めた。

私としては本当はエンカウンターをしたかったんですけど、ちょっと中学生には無理なんで「最近どんな気持ちでいる？」みたいなことを、その場で語らせようと思って始めました。なかなか語るって事が初めは難しかったので、極力、私が「今、こんな感じなんだよね」みたいなことを言えない子の分は言葉にしてやったりしながらでした。これ、女子だけでやったんですけど何となく嫌じゃなかったんじゃないかと言う気がします。女子にとって。その時間とか空間っていうのが。

何か、おそらく「円座談会」をやることの中で、女子は直接相手と対話することで本当の関係ができていくんだということが分かったんじゃないかと思うんです。メールとかもちろん子ども達にとっては大事なコミュニケーションの手段なんだけど、直接相手と対話することで本当の関係ができていく、そういう体験にはなったと思います。

「私はこんな気持ちなんだよ」と自分の中にある気持ちをみんなの前で自分から伝えていく、その気持ちが受けてもらえる。自分の気持ちに関わって他の人がその人の気持ちを出してくる。そんな気持ちの受け渡しを同じ学級の女子同士という集団内で経験することで、集団への安心感を増やしたり、信頼感を高めることにつながる取り組みとなった。

2. B教諭の取り組み

● 「自己理解」が大切

B教諭は、センターでの1年間、「自己理解」を中心に研修を進めていった。彼はこう語る。

人間というものは一つ処に居るのではなく、右往左往するものなんです。それに乗っかって漂う生き方もいいかもしれないけど、それに揺れないである程度どっしりと、どっしりと座っていた方が僕は幸せな気がするんです。そういう心地よさを味わいたいと思ってきました。

最近やっと自分が言っていること、していることに自信がもてるようになってきたんです。「それはこうだよ！」と言い切れるようになった。今まではどっちつかずの面があったんですけどね。

彼はそれまでの教員生活の中で、右往左往しながら迷い、苦労を重ねてきていたと言う。センターへは教育相談のスキルを学びに来たのではなく、自分の『立ち位置』を見つけにきたとのことであった。

現在、中学校に勤務する彼は今の心境をこう語る。

いろんな経験がやっと自分の器に満たされてあふれ出す感じ。それで、人にも言ってあげられたり、親切になれる。それが心地いいんです。

「お前、自己一致しとるな」とある人から言われました。自分の中のマイナス感情も否定しなくなったんです。それを絶対に拒否しない。毎日が心地いい。全部ひっくるめて「自分」というのがわかったから。

研修員時代がその原点のような気がするんです。

● 信頼できる「人」との出会いによる『自己受容』

センターでの1年間、彼は自分の『立ち位置』を見つけるために、来談者や同僚といった人との関わりの中で『自己一致』『マイナス感情』『ありのままの自分』等のキーワードを手がかりに研修を深めていった。

その作業を進めていくのに、センターの研修環境は適していたと彼は語る。

大きかったのは、絶対的に信頼できる仲間との出会いですよね。心地よいどころの問題ではなく、「人が人を信頼できる重み」。そういう人に出会えることは、自分の心の中がすべて出せるっていう感じなんですよ。

センターには、その環境が整っていると思います。ぼくは「人」を求めて研修に来ました。そこで出会えたから、全解放できたんです。

それまで出しにくいものがあったても、センターで出してみたら案外関わってもらえたんです。

研修してきたことは必ず日々生かされています。研修報告に書いたりしないものであっても。自分が一回り二回り大きくなっていて、それが必ず子どもたちに好影響があると思いますよ。

当時、センター相談室には2名の指導主事と3名の相談員、本人も含めて2名の長期研修員が勤務していた。来所相談の合間を縫って交わされる会話や何気ない日常会話の中に、彼は「人への信頼感」を築いていった。「心の内を隠さず出しても大丈夫だ」という気持ちになり『全解放』した彼は、『自己理解』を深め、マイナス面をも含めた『自己受容』へと至った。

センターで行う教育相談での、来談者の心の動きの例を図示してみる。

※ 自由で安全な「空間」と「時間」の中で

①『自己覚知』（「あ、自分ってこんな感じだったんだ！」）

↓

②『自己吟味』（「どうしてそうなんだろう？」）

↓

③『自己理解』（「自分ってこんな感じで生きてるんだなあ！」）

↓

④『自己受容』（「全部ひっくるめて自分なんだよなあ！」）

↓

⑤『問題解決への意志』（自信・希望・勇気など）

↓

⑥『問題解決へ』

この図は一つの例であるが、これと同じ作業をB教諭は研修の中で行っていったのである。相談の前後に交わされる会話や様々な研修の中で交わされる会話のテーマは、こういった『自分』『人』に関わるものが多い。その中で、彼は自分を題材にしながら『自己受容』へと向かったのである。

センターでの研修を終えて、数年目となる今年度。現在の自分について、彼はこう語っている。

自分でもありがたいと思います。人間というものは早かれ遅かれこういう時期が来るんじゃないかと思うんですけど。その時期が一番「生き生き」してくる。今の自分がそういう状況なんです。

研修員時代に、「器」に沢山たまったんですね。自分が加速したんです。

そして、その後、怒濤の時代を乗り越えてきた。人との関わりの中でいろいろと関係が崩れたりもしたけど、それを乗り越えてきたんです。

真っ直ぐにこちらの目を見て、微笑みながら話すB教諭の姿が清々しく感じられた。

3. C教諭の取り組み

●自分自身の限界を知る

C教諭は事前アンケートで以下のような回答を寄せている

◇長期研修後の現場での体験の中でキーワードに關係する出来事や心の動き、気づき、実践等があったら、その内容を簡単に記述してください。

キーワード【自他の区別】

自分と他（集団＝学校の教員としての役割）の区別ができないと、自己理解や自己受容は進まないと思う。その区別をして、生徒に自分を自己開示したり教員としての自己主張をすると生徒にこちらの伝えたいことがよく伝わるように思う。

「自他の区別」とは、自分とは別個の存在として他人を理解することである。C教諭は生徒や保護者と関わる時に「自他の区別」を意識するようになったことを研修の成果として語ってくれた。

生徒や保護者に対して、何でもやってあげたくなる自分が今まではあったけど結局それでは何にも解決しないし、中途半端な関わりになっていた気がします。今は自分でできる部分とできない部分を意識するようになったなあと。ここまでが学校の仕事で、これ以上は家庭の仕事だという、その線が引けるようになってきた。

同僚を見ると自他の線をきちっと持っている先生もおられるし、逆にどんどんやってあげたいと思っておられる先生もいらっしゃいます。今の私は、どちらも学校現場では大事だと思うんですよ。その違いが自分でまあ分かるようになってきた。だから、あるケースをみんなで検討して、自他の線を引く作業をするときなど「本当は親がするところなんだけども、それが出来んのだからそこは学校で

「やろう」とみんなをつなぐような言い方が出来るようになったかもしれません。

このように、「自他の区別」をつけることが苦手だったC教諭が研修中、「自他の区別」について意識的に取り組み、現在の心境に至るようになった経緯について語った部分を拾ってみた。

- ・私の場合は自分と世間の区別をすることがスタートだったように思います。自分と世間の常識やこうあらねばならないというしぼりを区別することからのスタートだったなど。
- ・研修に来るまではこの世にある常識とかルールを全部自分が実現する存在じゃないといけないみたいな気になっていたんですね。だから、生徒にこうあるべきだと要求した分が全部自分に跳ね返ってくる。でも、実はそんなに出来ていない自分もいる。そうすると自分で自分のことが認められないというか、窮屈だし自信もなくなる。
- ・研修中に自分と向き合い、自分の感じ方を大事に思えるようになったんです。世間の常識に照らすとマイナスに思えるような部分も含めて自分なんだと。もっと自分の感じ方や考えを大切にしようと。そこでようやく世間と区別できた。そんな感じがありました。

「自他の区別」をつけることは、自分と他人の間に境界線を設定することである。言い換えるなら、自分自身の限界を設定することでもある。

生徒に話をするとき、自分の気持ちは後回しにし、世間の常識やルールを優先することで教員としての役目を果たそうとしてきた。自分自身の感性に蓋をして教員という役割を演じようとしていた。そんなC教諭にとっては自他の境界線を引くことはとても苦手な作業だった。長期研修中に自分自身に向き合う作業を増やしていく中で、自他の境界線が引けるまで自己理解を深めていったのである。

●一人ひとりが自由であるためのルールづくり

自己理解が深まり、自分の気持ちや考えを大切にできるようになるに従い、C教諭の中には一人ひとりの世界を守っていくためにはルールが大切である。個が大切だからこそ集団のルールが大切であるという思いを強くしていった。

学級なら担任がルールを打ち出していかなないと結果的に一人ひとりが守られなくなる。「みんな違ってみんないい」というようなことじゃあ、結局一人ひとりが不安なんです。力の強いものがこの感じがいいと言ったら、もうそっちに流れていってしまう。だから、一人ひとりが守られるような集団のルールを大事にしていくのが担任の仕事なんだという気がしてきたんです。

研修前までも集団のルールに取り組んできたC教諭だったが、今回のインタビューではより積極的に集団のルールづくりに取り組んでいるC教諭であった。同じ集団のルールづくりではあっても、その思いは大きく違って聞こえてくる。今のそれは「個の主体性、独自性を守るため」という子ども一人ひとりを尊重したい思いが担任の責務として伝わってきた。子ども同士話し合っって学級のルールを決めるというより、もっと担任が積極的に介入して学級のルールづくりとその厳守にあたる意気込みを感じた。

裾の長いズボンをかっこいいと思っている子がいればそれはそれでいいと思う。私にも感性があるように、子ども達にもそれぞれの感じ方があって当たり前。でも、学校では学校のルールの中で暮らしていこうと。

例えば、裾の長いズボンをかっこいいと思っている子に対して「私もいいと思っているんだけど仕方ないよなあ、学校でだめだと決まってるんだから」といった消極的な思いじゃなく、集団のルールの意義を積極的に感じる自分なんです。

集団のルールと個人を分けて考えられるようになったことが、ある意味「自他の区別」にもつながるのかなとも考えています。

●生徒との関係は悪くならない

授業中に発言する生徒は増えているんですが、気になる点もあるんです。それはちょっと分からないことでもすぐ質問するというか、発言内容に幼さを感じることもあるんです。例えば自分が聞き逃したことで平気で「先生さっき何って言ったんですか」みたいに聞いてくる。以前の私だったらそんな発言というか質問にも丁寧に答えようとしていた。その結果として授業がざわついたりすることもあったなど。今は授業中に教師が言ったことを聞き逃したことはその子の責任だから先生に聞くという方法じゃなく周りの子に聞くとか自分で対処するよう指導することが出来るようになってきました。

こんな事当たり前のことかもしれないけど、自分では研修前は出来ていなかったなど。

「集団と個」を区別する一例として、授業という集団の場でする質問や発言と個の責任で処理すべき事を整理して生徒に伝え、そこから授業規律を考えさせる取り組みについて聞くことが出来た。

以前は生徒を傷つけてしまうかもしれないと思い、授業中に生徒から聞かれたことには何でも応えようとしていた。生徒との関係が悪くなるのを恐れる気持ちもあったからだ。実際に「それについては授業が終わってから聞くから今は言うべきでない」とか「それは自分で何とかしなさい」と自分の考えを伝えていくようにしている取り組みの結果として、集団として落ち着いてきたとか、生徒との関係が良くなったと言い切るまでの

自信はまだ無いが、生徒との関係は悪くならないという実感を持っているC教諭であった。

4. D教諭の取り組み

● 自分の『抱え込み』を振り返り、受け止める

研修にくる前、中学校で不登校の子どもを担当していた頃の心境をD教諭は次のように語っている。

私は自分の中でものすごい抱え込んでいたというか、全部自分がやらにゃあいけんと……。まあ、思い込みの部分もあるとは思いますが。

この子は早く学校に来らせんといけん……。この子の来られん理由は運動が苦手であるとか、人付き合いが苦手であることに対して、後ろ向きになったり、挑戦しない、この子がいけない。だから、この子の例えば運動が苦手であるという意識を変えられるように、私が一緒に運動したりして運動を苦手でなくさせるとか、人付き合いでも「こうしたらいいよ」と、まあ、私が教え込むような形で、自信をもたせて、来れるようにさせなくてはというのを一人で全部やろうとしてて。

で、なおかつ、自分の思い込みだけで、あるべき姿にその子を無理矢理、今の状態じゃなくて、当てはめなきゃいけないという意識が強くあって、コントロールすることをしてたんです。だから、私に対する拒否反応も出たし、1年経ってもこの子が自分に自信をもって学校に来ようというところに意識が向かなかったんです。

登校できない理由を探し、それを排したり自信をもたせたりすることによって何とか登校させようというスタンスで不登校の子ども達に関わってきたD教諭であった。エネルギーを使うのだが状況は好転せず、徒労感に包まれて彼女は担任を終えた。

悶々とした思いを引きずって、彼女は長期研修に入った。

センターでの研修を進めていくうちに、D教諭自身に気づきがあった。

自分が、自分のフィルターだけでものを見てたんです。あるがままの相手を認めなくちゃと、心では思ってるけど、やってることはまるで違ってて。最後はとうとう「D先生のあの言葉がプレッシャーだった」とかいうのを聞いて、すごく自分が傷つけられたような気持ちになって……。独り相撲をとっていた自分にいろんな場面で気が付いたのがすごく大きかったですね。

そういう自分の『抱え込み』を客観的に見つめることができたのは、ロールプレイで、その子どもたちとの場面を再現して演じてみたときだった。

自分が今までのやり方でやってみたら、「言い方がちょっと嫌だった」とかすご

く言われて、「そうだったんかあ！」と実感したりとか・・・

また、来談者と相談面接やプレイセラピーを行っていく中での気づきもあった。

自分の「こうあるべき姿」に相手をはめようとしている自分だったなあと思ったりとか・・・。

そういった経験の繰り返しの中で、自分を客観的に見続けた1年間であった。その結果、彼女は、

その時の自分を認めるというか、許すというか・・・馬鹿だったなあと思うんだけど、後悔にまみれるというところには行かずに、「あの時間違ったことやったけど、とりあえずあの時点での自分で、私にとっては精一杯、100%一生懸命その子を何とかしてやりたいという思いで関わっていた自分だったので、そういう自分だけはちょっとこう認めてやらないと、踏み出せないという感じ、そのことを1年通して。『自己吟味』かなあ、気が付いて、自分の傾向がわかってきて、それを客観視することと自分を受け容れること、『自己受容』することが、1年の中の自分にとってはすごい大きなことだったと思います。

研修に入る前の自分の姿を思い起こして、研修中に学んだことと照らし合わせていく作業を彼女は1年間続けていった。その中で、過去の自分への気づきがあり、それを客観的に眺める作業を進めていった（『自己吟味』）。その中で、そうした自分をだんだんと受け容れることができるようになっていった（『自己受容』）。

インタビューの中で、彼女が語った一言が心に残る。

反省はするけど、後悔はしない。

● 客観的に自分を見る

研修員としての1年間が終わって、担任した不登校の子どもを型にはめようとしてないか、自分に合わせようとしていないかと、客観的に自分を見ることができるようになった。

「こうさせないといけないからさせようとしている」のか、「この子の今の心の状態がこうだから、もうちょっと後押しした方がいいな」なのか、私のために「来させないといけないから来させる」のかというのを客観的に見るようにするとか。

来れないなら、「来れんのよね」というその子の今の思いを無理矢理歪めたりとかいうことじゃなくて、「いつでも待っとるけえね」と『待つ』。力づくでやるの

ではなく、『待つ』ことも意識してできるようになったり・・・。

長期研修前の彼女は、真面目で真剣であるが故に一人で抱え込み、使命感に燃えて不登校の生徒に関わってきたが、研修を終え、子どもに関わる自分を、少し離れた場所から客観的に眺めてみる視点をもてるようになった。

(以前は)単に全力で、それが適切かどうかも考えずにとりあえずぶつかったみたいな感じで、相手もケガしたし、自分もケガしたけど、立ち直って元気にやれるというのはケガの功名みたいなことだけど、今はやっぱりその経験を1年かけて見直してみて、「今の自分は何のために、誰のためにどうしたいのか?」「彼らのためには今どうしたらいいのか?」と先のことまで考えて・・・。

手探りでやっていたときに比べたら、少し考えてやろうというふうに分を見つめる目が少し養われたと思います。

● 自分を開いて～チームでの取り組み～

今彼女は、学年部でチームを組み、一人で抱え込まないように子どもに関わることを心がけている。彼女はこう言う。

自分一人ではなくちゃいけないとか思うのは、今思えばすごい思い上がりでした。

人に頼ったり、お願いしたりできない自分からの脱皮も彼女自身が体感しているところである。

学年部3人でチームを組み、一人様子がおかしい子がいたら、3人で「ああだった、こうだった」と情報交換をこまめに行っている。

それができるようになった自分について、彼女は、

自分がやってみたことを人がどう思うかを恐れなくなってきた。「自分はこうやってみたよ。どう?」とオープンにしやすくなってきたんです。

と語っている。

その理由としてまずあげられるのは、1年間の研修の中で『どう見られても自分は自分だ』という自己受容が深まっていったことによるものであろう。

また、センターでの相談面接を経験することによって、親担当と子担当とが毎回それぞれの立場から自分の意見を言い合い、次回の相談に役立てていこうとする取り組みの中から、その重要性に気づいたこともあげられる。

さらに、センターでの相談面接は、毎日が研究授業のようなもので、長所も短所もあからさまに表面化する。そこで現れたありのままの己の姿を認めざるを得ない研修の日

々の中で、彼女の自分を守ったり隠したりする癖が薄れていったと語っている。

自分では見たくなかった自分にもしっかり光を当てて見つめていかないと、次にその子と関わるときに、自分がどうしないといけないかということが見えてこないんで……。あれをやってきた1年間はすごく意味がありました。

チームでの話し合いの中で、自分と全く反対の見方を出され、それが妥当だと感じたとき、以前の彼女は「しまった！」と自分の見方を反省することに終始していたが、今は人からの指摘を素直に受け入れられるようになった。むしろ、気持ちが楽になったと言う。自分が気づかなかつたところに気づいてもらって関わってもらえたら、救われる感じがするとのことだった。

研修中に学んだ『フィルター』を常に意識しながら子どもに関わっているとのことであつた。

『自分の見たとおりが本当のわけがない』と思っています。

● 『対決姿勢』から『協力姿勢』へ

また、センターでの相談面接を通じて、彼女は様々な子どもの心の動きや親子関係を目の当たりにした。

不登校の子どもには、家庭の問題も大きいっていうことも頭では理解していたけど、センターで実際に保護者や子どもに関わるカウンセラーの話を聞いていくうちに、そのことが本当に多様で、各家庭によって様々だということを実感したんです。

これまで「この子はこうだ」「この親は……」と、自分の経験だけで決め付けていたことがあまりにも視野が狭かったことを彼女は実感した。子どもが突然学校に来なくなっても「自分の責任」ばかりではないんだと思うようになっていった。

「自分の責任」だと思えば、そのスタンスは問題を一人で抱え込む方向に向かって行く。保護者との関係づくりの姿勢も、謝罪や弁明等といった『対決姿勢』になってしまう。そこから解き放たれることによって、彼女のスタンスは『対決姿勢』から『協力姿勢』へとスライドしていき、保護者との人間関係も良好なものになっていった。

彼女はこう言う。

この子の今からを考えて、一緒にやっていきたいから、保護者に『寄り添う』関係を大事にしていかななくちゃいけないと思うんです。

5. E教諭の取り組み

●自分の物差し

長期研修員として1年間研修をする中で自分のコミュニケーションの癖について次のような気づきがあった。

自分はかなり自己肯定感が強く、それが自信につながっている。自信があることは悪いことではないのだけど、時としてその自信が「こうすれば」とか「こうがいいよ」といった相手をコントロールしたり、自分の考えや判断を押しつける事につながっていたなど。そして、その事が自分の意図に反して相手を傷つけてしまうこともあっただろうなど。

その人の感じている自己肯定感の強さを人と比べたり、測ったりすることは出来ない。ここでは、E教諭が自分の自己肯定感を強いと感じ、その自己肯定感が自分の考えや判断への自信につながっていると考えている本人の捉えを前提に、そんな自分自身への気づきの部分に注目したい。

研修前までは「これが正しいからこうだよね」みたいな感じで、相手もそう思っていると思いついていたんですね。みんな自分と同じ物差しを持っていると思っていたんです。でも今は、自分はこう思うけど、でも人の物差しでいくとどうなんだろうって考えるようになりました。

自分の物差しと相手の物差しの違いが研修を通して明確になっていった。一つの事象をポジティブに捉える物差しもあればネガティブに捉える物差しもある。だから、自分の物差しは物差しとしてあるんだけど、それで測ったものを相手も共有しているということではない。相手の物差しで測るとこの事象はどうなるのかなという相手意識を持つことで、今までだと「私はこう思うからこうしよう」と言っていた言い方が、「私はこう思うんだけどみんなはどう思う」という言い方に変わっていった。

●子どもとの距離感

自分の物差しを意識し出してからは、E教諭のコミュニケーションスタイルは前述したように、相手への配慮をしながら自分らしさを出していくという関わり方に変わってきた。その変化は、子どもとの距離の取り方にも現れてきた。

子どもがどう思っているかっていうセンサーが敏感になりましたね。感じ取れないときにはこっそり聞いてみたりしています。そうすると、私のことを苦手に感じている子がいることにも気づく。ちょっと私と距離をとりたいと思っている子には距離をとるようにしている。前は心理的距離でいうとみんなにべったりとこっちがくっついてた感じだけど、今はそれぞれの子どもの距離感に合わせて

接するように心がけていますね。

自分が相手にどう映っているかを感じながら、その心理的距離感を相手に合わせながらの関わりを心がけている様子がかがえた。

●自分との我慢合戦

E教諭は自身を「お世話好き」と評している。

自分の自尊感情が高いこと、自信を持っていることは自分にとっては素敵なことなんです。人と比べるんじゃなく、自分で自分っていいじゃんって思えることなんです。だからかな、子ども達を見ていて自分から見たら素敵なことなのに何か本人はだめだと思っている。そのだめだという見方によって、その子の周りでマイナスなことがいろいろ起きている。そんな時はもったいないなあ。何とかしてやりたいなあと思うんですね。

自尊感情の高い、自信を持っている自分だからこそ何とかしてやれるんじゃないかっていう思いはあります。他の人はだめでも自分なら何とかできるっていう、ある意味傲慢な部分かなとも思うけど。

そんな思いを持ちつつも、研修後に起きた心の変化について「あえて我慢合戦をしている自分」と表現した。

つつい手を出してあげたくなるんだけど、なんか必要最小限でいうか、手を出しすぎると子どもが成長、やっぱりしないと思うので、自分たちでやって行かなくてはいけない。そういう意味では、目について声もかけて手を出したいけど、今はちょっと我慢してとかということをやっています。

そうやって見守っていたりすることが自分の大切な役割の一つであるという自覚が、研修前はなかったですね。そういうのが。今は我慢合戦をしている。研修前もあったんだけど、今はあえてしているのが分かっているので、そういう意味では子どもとの付き合いが楽になったかもしれません。

6. F教諭の取り組み

●『積極的』になった個への関わり

長期研修に入る前は、元気のない子や集団に適応しにくい子にはあまり自分から関わろうとしない自分であったと、F教諭は語る。

長期研修を終えて大規模小学校に勤務した彼は、生徒指導主任として相談室登校の子どもと関わることになった。

その子の『そばにいる』関係をつくっていこうと努めました。センターでの研修が活かされたかなと思います。

以前の自分は、そういう子にはあまり関わらない、どう関わっていいかわからないので、どちらかというといってしまう・・・関わり方がわからないのに下手に関わるとかえってその子に悪い影響があってはいけないと・・・。

センターで研修受けさせてもらって、まず距離的にそばに行ける・・・「こういうこと言ったら傷つけるかな」と思ってたことが、自信じゃないけど、「こういう事言っても大丈夫じゃないかな」と・・・。

元気がない子や集団に適応しにくい子は、人を寄せ付けない雰囲気を出していることが多い。その心の中は繊細であるだろうと想像はできるが、実際にどう関われば彼らの心が開いていくのかわからない。安易に関わって彼らを傷つけることは避けたいというF教諭の思いであった。

センターでの研修の中で集団に適応しにくい子ども達と関わりながら、彼は自分の関わりに少しずつ『自信』をもっていったと言う。

保健室登校の子や元気がなさそうにしている子に、積極的に関わろうとするようになりましたね。

自分が関わることでその子が少しでも元気になれば、役に立てたと嬉しくなったりしました。

また、登校してからは相談室から出ようとしない子どもを見ながら、「やりたいこと」「元気が出ること」は何だろうかと取り組んでいったと言う。

子どもを学校の外へ連れ出して、虫取りに行ったりザリガニ取りに行ったりしました。センターで、そういうことを学ばせてもらって。たぶん、以前だったら絶対やってないですよ。学校の外へ連れ出すなんて。子どもは学校に来たら当然学校の中で生活するものだという固定概念がありましたから。センターに行ったら、子ども達が学校の外で元気な姿を見せていたんですよ。子どもが学校の中で動けなかったときに、ちょっと外へ連れ出してみるのもいいのかなと感じたんです。

そういうのをすると、その子非常に発散して、活動の場が学校の中でも広がってきた感じがあります。

これまでは、とかく「学校」の枠で子どもを見ることになれていたF教諭は、研修において、その枠を取り払い、広い視野で物事を見られるようになっていった。子どもへの無意識の『縛り』が無くなり、子どもも本人も楽になったことが考えられる。

● 『個』に視点を当てる

センターでの相談面接は通常一対一で行われる。それまでのF教諭は、学校に勤務していて、子どもと一対一での関わりが少なかったという。

センターでの長期研修で、『個別対応』を経験した彼は、集団をつくる「個」を意識するようになった。

センターに通ってくる子が非常に元気な感じがしたんですよ。「この子も学校では静かにするんだろうなあ」と思って、座って話していると「ああ、こんな事考えてたんだなあ」とか思って。そういう声が学校の中でも聞けてたかなあって。少しでも聞けてたら、自分との関係が、集団の中でその子が生活するのに役に立ってたかもしれないと思ったんです。

学校に来て、1日中黙っている子、目立たない子、集団で動くときも素直に従う子……。それまで、そういう子に視点が無かったわけじゃないんですけど、より強くなったというか……。

彼は、廊下での会話や休み時間の関わりなどを、これまでより意識して行うようになった。

● 自分の感情のコントロールができるようになった

センターでの研修では、自分の『感性』を磨く訓練を日常的に行う。自分の本音や瞬間の感じに気づいたり、相手のそれに気づいたりする訓練である。

彼は、その経験を通して自分の『感情』をコントロールできるようになったと言う。

相談室登校の子どもとのことなんですけど、いつも午前中で帰る生活を繰り返していて、その日も本人は午前中で帰るつもりだったんだけど、大雨が降って、午前中で帰させるという約束が守れなくなったんです。「帰る」と言ってきかない子どもと帰すわけにはいかない自分と。互いに感情が高ぶって、羽交い締めにしたんですよ。

そのときに、高ぶった自分の感情をちょっと振り返ってダウンする、コントロールみたいなことができるようになったと思います。そして、相手の様子を見て関わっていかうとするようになったんです。

それは、感情が高ぶって行く自分を客観的に見ることができるようになったからだ、彼は言う。センターで研修する「感受性訓練」は、自分の本音に気づくと同時に相手にその自分がどう映るのかに気づく訓練である。自分の姿を『もう一人の自分』が見ているといった感じである。

そうすることで、子どもと自分との関係を冷静に見られるようになり、良好な関係を築きやすくなったということであった。

7. G教諭の取り組み

●目の前の人に関わる

私は保護者さんとの関係がうまくつくれなくて、そこを見つめ直したいなあというか、それが長期研修を希望するきっかけの一つでもあったんです。

保護者との関係づくりについて課題を持っていたG教諭であった。長期研修中、保護者との面接相談を体験する機会は1回しか持てなかった。だが、その時受けた「話題になっている子どもの事じゃなくて、相談に来られたお母さんに寄り添う」という指導を思い出す保護者との出会いが現場で待っていた。

ある時、支援を担当した子の母親が我が子を受け入れがたい思いでいることに、G教諭自身がどう関わればいいのか悩んでいた。「その子を受け入れてください」という関わりはこれまでの担任や担当者が充分できてきていたので、その関わり方は置いておいて、「その子のお母さん」という枠をはずした〇〇さんという人に近づいてみるような関わりは出来ないかと考えた。

そこで、親だから〇〇して当たり前という気持ちを捨てて、その人の大変さや苦勞をねぎらう気持ちを連絡帳等を通して伝えていった。

だんだんちょっとずつなんだけど、そのお母さんが連絡帳で書く内容が変わってきたというか、「あの子の行動にはいつも驚かされるけど、それでもあの子なりの考えがあってやったかもしれんと思うと、あんなに叱らんでもよかったかなあと思いました。」とか、「どうしてよいか分からない」というふうなことをお母さんがだんだん正直に書かれるようになったりとか、そうしたら私も「学校だから出来ることかもしれませんが・・・」と前置きして「学校ではこういう支援をしています」ということを書いたりとか。

「話題になっている子どもの事じゃなくて、相談にこられたお母さんに寄り添う」という指導を思い出して取り組んだわけではなかったが、母親との付き合い方を振り返るとき、目の前にいる人と関わっていくという研修中の指導に近いものを実践していた自分を感じた。

このお母さんとの付き合い方は、今の保護者さん達との付き合い方にもちょっとだけ生きている感じがしてるんです。まだ今の保護者さん達とは慣れてないので固さがあるのですが、子どもさんのことを話してるんだけど、そのお母さんと話すという感覚、目の前にいらっしゃるお母さんを大事にして話すという瞬間があるっていうか・・・

「目の前にいる人を大切にする」ことで苦手意識のある保護者との関係づくりに前向

きに取り組もうとしているG教諭であった。

●自立と依存，その線引きの難しさ

長期研修中，子どもに接するときの視点の一つとして「自立と依存」を意識するようになったとG教諭は語った。相手のためにと思い優しくしたり，お世話をやいたりすることを良しとしていた自分だったが，その結果が相手の依存心を増長させる危険もある。現場では子ども達を依存させないよう注意し，自立を目指す教育に取り組んでいきたいと思うようになっていった。

現場に返り早速「自立と依存」を意識する出来事があった。保健室登校をしていた児童に対して校内で支援チームをつくり取り組んでいたときの事である。対象児童の支援を話し合う検討会の中で「〇〇さんはあれも出来ない，これも出来ない」みたいな話になっていったとき，出来ないようになっていっているのは，私たちの対応に問題があるんじゃないかなと思うことがあった。「同学年の子と遊べるようになるにはどうすればいいか」とか「教室に戻るにはどうすればいいか」という話し合いがなされる中で，話の流れが，その子が自分で考えたり自分で決めたりする機会が無くなる方へ向かっているように感じられ，気になった。

その子のためにとという気持ちで誰もが関わっているのだが，それぞれのかかわり方がその子の自立に向かう関わり方なのか，依存させてしまう関わり方なのか，その判断をするのが難しかった。

優しくするとか温かく接すると言うのは簡単だけど，実際はその子に空けて通すという感覚が気になりました。甘やかしている感じですかね。自分自身，長期研修に行く前は子どもの先回りをしていた自分だったんです。

G教諭自身は子どもの自立を意識した関わりを心がけているつもりであった。先の児童の検討会においても，本人が主体的に判断したり行動する機会を大切にしようという立場で発言をしていった。そんな意識がありながらのG教諭であったが，最近ショックな出来事があった。

つい最近，TTで授業に入ってもらっている同僚に「あなたは子どもに親切すぎる」って言われたんです。自分としては1年生の1学期だしとか，子どもさんや保護者さんが困らないようにとか思ってやっていたんだけど，言われてふり返ってみると確かにそうかもしれない，私が先回りして子ども達が自分で自分のことを出来んようにさせているかもしれないなあと。

何か1学期はこちらからいっぱい伝えていったつもりではあったけど，それが逆に子ども達が自分でどうしたらいいかなって考える機会を摘んでいったかもしれないと反省しているんです。

自分が担任する子ども達との日々の関わりの中で、相手の立場を考えて良かれと思ってとった行動が、かえって子ども達の主体性を損なっていたかもしれないと振り返る出来事であった。子ども達の主体性を大切にしたい関わりによって、自立に向かう関係をつくりたいという思いを持っていただけに、改めて子ども達の自立に関わる自分自身のあり方について考えさせられたと語るG教諭であった。

8. H教諭の取り組み

●明るい関係

H教諭は事前調査の中でキーワードとして「誠実」「操作性」「父性と母性」を選び以下のようなコメントを寄せてくれた。

学級集団に対して操作性の強い私だったが、操作性において自分自身の気持ちに誠実に関わろう（父性と母性を意識して）と意識することで、学級集団や一人ひとりの子どもとの関係が良好になったように感じている。

操作性とは自分の思い通りに相手の行動や気持ちまでもコントロールしようとすることである。このコメントに関連して今の気持ちを伺った。

今思うと子どもの気持ちを大切にと思いながら実は大切にできてなくて、自分の一方的な思いこみでがまんやっていた。それが今は気持ちを大切にしながら指導をしている感じがしています。

「子どもの気持ちを大切にしながらの指導」が実感として自分に返ってくる現在の子ども達との関係をH教諭は「明るい関係」と表現した。「明るい関係」とは建前ではない関係、子どもが思いを出してくれる関係であると。

「明るい関係」を築けるようになった長期研修中の体験について尋ねてみた。

自分が感じる気持ち、思いみたいなもの、それは自分から湧いてくるものなので大切にしてもいいんだと。自分自身が自分の気持ちや感情を大切にすることが、相手も大切にすることにつながると。偽りで関わるのではなく、自分自身の気持ち、そして相手の気持ちを大切にしようと、そこから本当の関係が出来ていくんじゃないかと気づけるようになったことは大きかったですね。

自分から湧いてくる気持ちには受け入れがたい自己中心的な自分、差別的な自分もあった。それらの気持ちも含めて、自分を見つめていく作業が自己理解を深めていった。そしてネガティブな面も含めた自分の気持ちを認めることが相手を大切にすることにつながるという気づきを得ることが出来た。子どもから出されるネガティブな感情を受け

止めきれずにいたときは、子どもが自分の前ではネガティブな感情を出さずに隠そうとしていた。今はそれがなくなったと感じている。それが建前でなく、子どもが思いを出してくれる明るい関係につながっていると。

●自分らしくいることの第一歩

自分が本当に一生懸命人に伝えようとする、そうすると相手が聞いてくれている実感がある。だから今度は自分が目の前の人から語っておられることを一生懸命聞こうとする。そうしますと、何か相手も聞いてもらっているような実感を表現される。そういう体験を通して自分でも本当に人に向かおうとしたときには何か人と触れ合えるもんだなということを経験するようになってきて、まず自分が心を開いて真摯に目の前の人に向かい合っていこうという気持ちがだんだん湧いていきました。

自分が伝えたいことを一生懸命伝えようすると相手に伝わる、分かり合えるという長期研修中に得た実感が、今のH教諭の実践を支えていた。また、こうも語ってくれた。

相手のことをちゃんと分かろうとする自分だとか、自分のことを分かってもらえる相手だとか、そういう出会いの瞬間みたいなものがあるって、やっぱり人っていいもんじゃないかという感じが得られたんです。

「やっぱり人っていいもんじゃないか」と思えたことでH教諭自身の自己肯定感は高まっていった。と同時に、この人と出会えたという感じは、長期研修に臨むにあたり持っていた「自分らしくいるということはどういう事なのか」というH教諭自身の課題の一つの答えにもなっていた。

自分の気持ちをごまかして接するということが相手にも失礼なことではないということに、いろいろな人に向き合う体験を通して感じるようになったんです。だから、まず自分の気持ちをしっかり掴んで、そしてその気持ちと目の前にいる相手が今どんな気持ちなのかを感じる。本音と本音の関わりが出来るようになるためには、やっぱりまず自分が自分の本音に関わっていくことが大事な、その事が自分らしくいることの第一歩かなと。それが本当に相手のことを大切にするることにつながっていくのかなと思っています。

●再不登校になったA児

A児は大人と話すのが苦手な子で、自分の気持ちが出しにくい子だった。4月、担任となってから週に2回程度の家庭訪問を継続した。家庭訪問を端緒として放課後、校庭で一

緒に遊んだり、教室にも二人で入って遊ぶことができるようになっていった。そして、A児は7月には相談室に登校できるようになった。

この過程でH教諭が心がけたことは「A児の主体性を大事にすること」であった。この考えは長期研修中の体験に根ざしている。本人の気持ちや行動を受け止めることで、本人が自分の気持ちを安心して出せたり、自分の気持ちを見つめる時間になること。マイナス感情も含めた本人の主体性を大切にすることで、閉じこめられていた情緒が安心して解放され、友だちや先生との関係を築いていくエネルギーに変わっていくことをH教諭は長期研修中に不登校児童と触れあう体験の中で実感していた。

こうして再登校しだしたA児であるが、9月の運動会を境に再び学校に来られなくなった。みんなとの学校生活では共通のルール、時間の枠がある。学習も自分が思った以上にやらなくてはいけない状況も生まれてくる。A児に関わる人も、様々な人がそれぞれの思いで関わる。そんな環境の中でA児は自らの社会性を育てていくことになるのだが、今回はA児が学校での環境に充分適応できなかったことが学校に来られなくなった原因とH教諭は捉えている。そして、

学校に来なくなったのも、本人の主体性ではないでしょうか。

と受け止めた上で、再び不登校状態になってしまった事を次のように語ってくれた。

研修前であれば、A児を何とかして学校に来させようと友だちに手紙を持たせたり、無理矢理話の場に引き出したり、保護者との関わり方が変わるなど、焦って自分が動いてしまっていたと思うんですが、今回は焦りや動揺がないんです。

再び学校に来られなくなったのは残念な事である。が、学校という社会の現実についてA児が向かい合っていないといけないのも事実であって、今回はA児が向き合える状況をつくれなかったなど、A児の主体性を尊重した社会性育成のステップをつくれなかったなど反省しています。

反省点を明確にしつつも『本人の主体性を大事にした関わりが最終的には本人の自立につながる』という考えにぶれのないH教諭がいた。