

## 依存させない

一グループに滞留するのは三〇秒以内。カウンセリングの目標は自立させること

カウンセリング研修では、カウンセリングの目的は「クライアレントがカウンセラーを必要としなくなる」と教えてもらいました。これは子どもと教師の関係でも同じことだと思っています。しかし、子離れできない母親が多いのと同じように、児童離れ、生徒離れできない教師も多いと感じます。

特に「共依存」という言葉が印象的でした。印象的な例が「アルコール依存症の夫とその妻」です。依存症の夫が飲んで問題は引き起こします。妻はその都度、後始末をしたり、自分自身が被害を受けたりします。周囲は「あんな人とは別れたほうがいい」とアドバイスします。これに対して「あの人は私がいないとダメなのよ」と言い張って、傷ついても傷ついても夫を支援し続ける妻の事例が共依存の典型例としてよく語られます。専門家に言わせると「この妻が夫をダメにしている」のです。夫が妻に依存していることは明白ですが、妻も「ダメ夫に依存している」離れられない「自立していない」ということなのだそうです。

「いつまでもカウンセリングを続けるカウンセラーも同じです。クライアレントを自立させるためカウンセリングであることを忘れたらカウンセラー失格です」と厳しく指導してくれたカウンセ

セラীর先生の言葉は忘れられません。

これらの学びを踏まえて、私は教師としては、子どもを自立させることを常に意識していました。相談室で一時的に支えた子どもに対しても面談が終了してからは、こちらから連絡をしないことにしていました。廊下で会っても、子どものほうがあいさつをしない限り、こちらから声をかけないことにしていました。「相談室の先生を知っている」ことが友達には知られたくない場合もあるからです。担任としても高校三年生を担任したときには、「同窓会はあなたたちだけでやってください」と宣言していました。

こんなことを考えていたので、物理の授業をアクティブラーニング型に切り替えたときも、「生徒たちを依存させない」「生徒たちに依存しない」ことを意識していました。

一つ目のポイントは、「短い説明」です。私の授業を見学した先生たちや、研修会で生徒役をして模擬授業を体験した先生たちは、口々に「え？ 説明はこれだけ？ これでは問題は解けないよ」とおっしゃいます。でも、生徒たちはどんどん問題を進めていきます。生徒役の先生たちもいつの間にかワイワイ言いながら、問題を進めています。

これは「先生が全部説明してくれる」をなくすことで、生徒たちの自立と主体性を発揮する効果がありました。私の説明不足に文句を言う生徒は一人もいませんでした。それは初回から、このほうが自分たちのためになると体感できていたからです（このためには、練習問題の選び方・並べ方、解答解説のつけ方、時間制限の仕方、ワーク中の介入の仕方などのテクニックが必要ですが……）。

二つ目のポイントは、「問題演習」の時間の私の対応です。三五分間の長い「問題演習」の時間

には何をやっているか……。本を読んだだけの方には、このあたりがどうも理解しにくいと言われます。疑問を持っている方が私の授業を直接ご覧になると、驚かれるようです。

「あんなに小林さんが歩き回っているとは思いませんでした」

「生徒たちを放っておくのかと思ったら、何度も声をかけているのですね」と言われます。

「何度も声をかけている」という現象だけを見ると、過干渉の親のように見えるかもしれませんが、しかし、内容が違うのです。この声のかけ方は、私のアクティブラーニング型授業の最も重要なスキルだと思っています。カウンセリングの訓練を経て、アクションラーニングの技法を取り入れ、実際の授業の中で生徒たちとともに編み出してきたスキルです。この「自立させる」依存させない」「主体的な学び・協働的な学びを促進する」方法については、「24 アクションラーニング」のところで詳述することにします。

## 聞いてみないとわからない 子どもに質問し、確認してみる

カウンセリング研修で、実際の面談の事例を取り上げているときに「小林さん、この面談はうまくいきましたか？」と先生に質問されました。「はい、うまくいったと思います」と私。する

と、「それは、なぜ、そう言えますか？」と切り返されました。

「え？ 子どもは満足そうだったから……」

「何が根拠ですか？」

「うーん……、ニコニコしていたから」

「推測ですよね」

「ああ、まあそうですね」

「事実は何？」

「うーん……」

まいってしまいました。で、「面談の満足度はどうやって確認すればよいのですか？」と質問すると、「相手に質問すればいいんですよ」との回答。これにはびっくりしました。

しかし、考えてみれば、そのとおりです。考えていることや感じていることは、言語化しなくては他者に伝わることはないのですから、相手に「質問する」ことなのだと思います。そのときに、相手が本当のことを言うかどうかはわかりませんが、質問してみなくては始まらないと感じています。

アクティブラーニング型の授業中、困った場面で、この「質問してみる」ことがとても役に立った場面がありました。初期のころ、「問題演習」の時間に生徒たちがワイワイと話し合っていました。それを見ながらうろろしていた私には、その話し声がとてもうるさく聞こえていました（当時の私はまだ「プロセスに質問で介入する方法」を編み出していませんでした。「話しかけないほうがよいだろう」と思って、話すのを我慢して眺めながら、うろろする、程度でした）。

このうるささの中では、生徒たちの集中力も低下するのではないかと思った私は、「もう少し小さな声で相談しましょう」と全体に注意しようと思いました。そのとき、ふっと、「生徒に質問して確かめる」ことを思い出しました。そこで、そばの席にいた生徒に確かめてみました。

「ねえ、隣のグループの声がうるさくない?」

すると生徒はきよとんととして、「いいえ。ぜんぜん」と答えました。今度は私が、きよとん。

「ぜんぜん? なぜ?」

別の生徒をつかまえて、同じ質問をします。

「ねえ、隣のグループの話し声はうるさくないですか?」

「え、そうですね? 僕は気にならないですよ」

との回答。私のアタマの中は「???」でいっぱいです。そこで、いつもよく私と話をしているCさんにもう少し詳しく聞いてみることにしました。

「ちょっと不思議なことがあるんだけど、私の相談に乗ってくれる?」

「先生、どうしたんですか?」

「今、みんなが話しているのを聞いてたら、私にはとてもうるさいんだよ。で、『もう少し小さな声で話さない』と注意しようかと思ったのよ。でも、念のためにAさんに『うるさくない?』と聞いたら『ぜんぜん』と答えるわけさ。B君に聞いてみても『ぜんぜん』と言うし……。これって、どういうこと? あなたは隣の話し声はうるさくないの?」

Cさんの回答は明快でした。

「私も別に、隣のグループはうるさくありません。他の子たちも同じだろうと思います。隣のグ

## カウンセリング 基本スキル 10

### 受容と許容は違う

「確認テスト」は時間を守る。「待つてほしい」という気持ちは受容するが、行動は許容しない

ループの声は聞こえていきますけど、話し合いに邪魔だとは感じません。たぶん、私たちは自分たちの問題を解くことに集中しているからじゃないですか？ ああ、それに、隣の子たちも私たちと同じように一生懸命に考えているというのもあるかも。もし、隣の子たちが関係ない話で盛り上がっていたら、うるさいし、やめてほしいと思うかもしれません」

どっちが先生で生徒なのか、わからなくなるような問答です。私は彼女の説明のおかげで納得しました。

「そうか、私だけが何もしないで黙っているから、うるさいと感じているんだ。問題を解くのに集中している生徒には、これくらいの騒々しさはうるさくないんだ」。

これは私にとっては大発見でした。そして、大失敗を免れた出来事でした。もし、あのととき、「うるさいから、もっと小さな声で話せ」と注意していたら、生徒の積極性を潰していたかもしれないと思うと、今でもヒヤリとします。

カウンセリング研修では、「受容と許容は違う」と教えてもらいました。「子どもの心は受け止める（受容する）けれども、勝手な行動を許す（許容する）ことはしてはいけない」という意味