

## 4

# ソーシャルスキル教育

## 日常生活での人間関係のコツを教えよう

### なぜソーシャルスキル教育が必要か

#### (1) ソーシャルスキル不足は人間関係のトラブルのもと

幸福な人生を築くには良好な人間関係が欠かせませんが、それには、自分の考え方や気持ちを相手に具体的に伝えたり、逆に相手のそれを受け止められなくてはなりません。

そういった「よい人間関係を築き、それを維持していくために必要な知識や具体的な技術を総称したもの」をソーシャルスキルと言います。

私たち教員は、「あの子は引っ込み思案な性格なので、クラスでポツンとしていることが多いなあ」とか、「あの子は父親に似て、うまくいかないとカッと怒り出す」と、「性格」とか「素質」といった「変えにくいもの」に原因を求めてしまって、本人も周囲も「持って生まれたものだから仕方ない」とあきらめてしまいがちです。しかし、「円滑な人間関係の築き方は、教授可能な技術だ」と考えれば、教育者としてのアプローチができるわけです。人間関係がうまくいかないのは、先天的なもののせいではないのです。

#### (2) ソーシャルスキル不足の代表選手は、「やんちゃっ子」と普段は引っ込み思案の「キレる子」

すぐに暴力に訴えて自分の思うとおりに物事を進めようとする「やん

ちゃっ子」と、日頃は引っ込み思案だけど、ときとして「キレる子」は、多くの学校にいると思います。一見両極端に見えるこれらの子どもは、人間関係がうまく築けないということでは共通しています。

「暴れん坊タイプのやんちゃっ子」は、相手の気持ちや考え方を読み取れない、あるいは読み取らないので、相手の都合はお構いなしに自分のことを主張しているように見えます。声が大きすぎたり、距離が近すぎたり、思うとおりにならないと怒り出すことが頻繁なので周りの子からは避けられているかもしれません。

逆に、「引っ込み思案でときにキレる子」は、普段は黙っていることが多かったり、話しても声が小さかったり、表情が乏しかったり視線が定まっていなかったりします。また、自分の考えや要求を主張することが少なく、自分を抑えて相手の言いなりになりがちです。日常生活上のちょっとしたトラブルの問題解決も苦手で、鬱憤がたまって、ときに爆発してしまいます。

要するに、対人関係がうまくいかない原因は、

- ①相手の反応を表情や言動から読み取ったり、今自分が置かれている状況等を読み取ることが難しい。
- ②前項の①に沿って、自分の感情を把握し、考えをまとめることができていない。
- ③前項の②ができて、その考え方や気持ちを他者にうまく伝えられる形にできていない。

等の可能性が考えられます。いずれにせよ、認知面や行動面に取り組むべき課題があるわけです。

### (3) 足りないものは足せばよい

ソーシャルスキル教育は、「うまく人間関係が築けない」という対人行動の問題を、先天的な性格や遺伝や環境のせいにするのではなく、伝え合う技術の有無や、学習性の問題としてとらえて改善を図る技法です。つまり、人間関係がうまくいかない子どもは、ソーシャルスキルが十分に学べていなかったか、「黙り込む」とか「暴力に訴える」といった不適切なスキルを学んできたせいであると考えて、教育によって改善しようというのがソーシャ