

〈講演2〉

いじめ予防につながる子どもの理解と支援

法政大学文学部心理学科教授 渡辺 弥生

ただいまご紹介いただきましたように、私は今、こちらの文学部の心理学科で発達心理学や学校心理学を教えています。心理学もいろいろありまして、私自身は子どもの心、特に思いやりとか、いわゆるモラルの心がどういうふうに進んでいくのかということ、大学院のときからしつこく勉強しています。

人間というのは攻撃性も強いけれども、時に自分の命を落としてでも人を助ける人もいます。どういふふうにして思いやりが育つかということ、勉強してきて、きょうは短い時間なんですけれども、子どもの発達について少し皆さんと一緒に考えたいと思います。

いじめとかいろいろな事件が起きたときに、親も先生も、子どもたちに関わりたいたいわけですが、やはり子どもの心に、気持ちに寄り添えないと、子どものほうが全然受けとめてくれないという大きな問題があるので、一度子どもの視点に立って考えるために、いくつかワークを通して一緒に考えさせていただければいいかなと思っています。

きょうは先生方ばかりではないのかもしれませんが、私も大学の教員の1人ですけれども、とにかく先生は忙しいと思います。アメリカやヨーロッパだと、スクールサイコロジストとか、心の問題を一手に私が責任をもっているいろいろなコーディネーターという人が常駐しているわけなんですけれども、日本はまだそういうふうには常勤の人がいないので、先生方が心の問題も、授業の問題もすべてやらなければいけないということで忙しい。

いろいろな学校に行かせていただくと、みんな忙しい。でも、現状には不満足だとみん

なおっしゃるわけです。ですから、あまりたくさんさんのプログラムとか、いろいろなことをやれという、「もうちょっとやれないかな」「これ以上何をやらたいんですか」と抵抗を示される方も多いのですが、「最小限のちょっとした努力で効果が証明されている方法があれば、チャレンジしたいですか」と言いますと、「じゃあ、ちょっとやってみたい」と言われるので、その辺りの、心理学の分野なんですけれども、効果があるということで話をさせていただきたいと思います。

学校の先生方や親だと、子育てしたことがあるとか、いろいろな学年の担任をしているということになれば、子どもの発達心理なんかよく分かっているよと思われる先生も、多くいらっしゃるかもしれないのですが、発達心理学で明らかにされていることは、教職の課程でも短い座学で、実習したりもしないので、あまり知られていないのです。

しかも、妊娠したときに自治体でもらう母子手帳なんかを見ると、「歯が生えましたか」とか、「言葉が1個出ましたか」とか、「歩き始めましたか」という質問はあるのですが、「あなたのお子さんにプライドが出てきましたか」とか、「後ろめたい気持ちが育ってきましたか」とか、心の部分のチェックがないのです。

私もよく保健所などで、少し虐待気味のお父さんやお母さんと関わることもあるのですが、意外と子どもを育てていて楽しくないとか、不安ばかりという方が多いので、少し発達心理を知っていただくと、子どもを見るのが楽しい面が出てくるかなということ

す。

例えば、後ろめたい気持ちを持つのは何歳頃だと思われますか。後ろめたい気持ちを持っていない子に「悪いと思わないのか」と揺すっても、育っていないわけですから、それこそいじめみたいな話になってしまう。後ろめたい気持ちというのは、心理学での研究では、だいたい4~5歳で出てくるといわれているのです。どうして分かるかという、子どもを観察するところから始まります。子どもの話尾までよく聞いてみると、「僕、コップこわした」と言っていた子が、ある日あるときから「僕、コップこわしちゃった」。「弟、たたいた」と言っていた子が、「弟、たたいちゃった」。語尾が過去形から過去完了とか現在完了に変わって「ちゃった」と言うと、ちょっと後ろめたい気持ちが出てきたんだということが分かりますよね。あるいは、「ママ、そんなつもりじゃなかったんだよ」と「つもりじゃなかった」みたいなことを言い始めたら、何かしら計画性、計画する心が現れたのかしらと思いますよね。

お父さんやお母さんに、「4~5歳ぐらいから『ちゃった』という語尾が出てきたのに気がつかれましたか」と聞くと、ほとんど気がつかれていないです。私たちは子どもと毎日接していても、その変化をあまり見ていないし、楽しんでいない。逆に言えば、「最近口答えが多くなった」とか、それぐらいの子どもの見取りしかできていないということがあります。

カウンセラーのトレーニングはどちらかというと聞き上手になるためのトレーニングなのですが、わざわざ大学院まで来て、上手に聞くという臨床をやるのです。特にティーンエージャーで話し下手とか、自分は嗜み症といって悩んでいる人が多いのですが、「自分は聞き下手で」とか「聞くのが下手で」と悩んでいる人は少ないのです。でも、みんな話したい人ばかりだったら、コミュニケーション

がうまくいかないのです。「聞いてくれる」という人がいると、話す人は話し下手だとは思わないのです。私はひそかに、聞き上手をたくさんつくる会をつくりたいと思っています(笑)。

では、聞き上手な人は何をしているかという、うなずいているのです。これもワークをやると分かるのですが、うなずかない人に話し続けるのはすごく苦しいのです。こういう講演の会でも、どこかで首を動かして下さる方がいらしたら、その人のためにしゃべろうかなと思うぐらい、やはり「聞いてくださっているんだ」ということがサインとして伝わるのです。全然あごを動かさない人だと、「この人、話が面白くなかったからチャンネル切ったよ、みたいな人だな」ということで、なかなか話す意欲がわからないのです。

うなずいて聞くというのは何歳ぐらいからできると思いますか。担任されているお子さんは、先生が何か言われたときにうなずいていますか。毎日会っていても、案外気がつかないのです。

去年、幼稚園からうなずいているかなと観察に行ったのですが、すごく個人差が大きいということが分かりました。3歳でも先生が言うことに「うーん」とかわいらしくうなずいている子もいるのですが、7歳でも中学1年生でもうなずかない子はうなずいていないのです。大人でもあまりうなずかない人がいますよね。「この人にしゃべりかけても、ちょっと仕方がないや」という方がいらっしゃいますけど、うなずくということをするだけで、話す人は話しやすくなるんですね。そういうことをちょっと教えてあげるだけでも、だいぶ違ってきます。

あるいはうれしいけど怖いというような。よく不登校の子に「きょう、どうだった?」「うれしかった」「面白かった」「面白くなかった」と一言なんですけど、意外と私たちの気持ちは、1個だけではないんですよ。明

日、運動会といったときに、「わくわくするけど、ちょっと不安」というような、いい気持ちと悪い気持ちを同時に感じていたりするものなのです。

「明日運動会でわくわくするけど、でも不安」というように、自分の心の中にいい気持ちと悪い気持ちが共存しているんだと気がつくのは何歳頃だと思いますか。これはだいたい10歳ぐらいです。11歳、12歳ぐらいになると、「きょうお父さんがこうで、自分はうれしかったけど、でも、ちょっといらついた」とか、自分の心の中にいくつかの気持ちがあることに気がついて、それを作文などに書けるのは小学校高学年ぐらいになってからです。それでもなかなか気がつかない子が多くて、自分の感情をしっかりと内省できないという、今の子どもたちの問題があります。

このように発達心理学をちょっと知っていただくと、結構子どもたちと交流していると、「ああ、こういう気持ちが育ってきたんだ」とか、「去年までこうだったのに、こんなことが分かってきたんだ」ということが楽しめるのです。

お母さんとインタビューしていると、「うちの子は将来いじめに関わるようになりませんか」とか、「不登校にならないように育てられませんか」と、どこか後ろ向きの子育てをしている方が多いのですが、ちょっと思いやりを育てようとか、ポジティブに子どもを育てていただくと、だいぶ雰囲気が違うのではなにかと日頃思っています。

きょうは時間がないので、どこまでできるか分からないのですが、少しワークをしてみたいと思います。皆さん、身近な方とペアになっていただいて、じゃんけんしていただいていいですか。きょうは3回ぐらいじゃんけんしてもらおう予定です。

そうしましたら、じゃんけんで勝った方がお母さん役。お母さんはできないという方はお父さん役で構わないです。負けた方が、幼

児の子ども役を、棒読みじゃなく、気持ちを込めてロールプレイしてください。簡単なシナリオですから、心を込めてやりとりしていただいていいですか。どうぞ。

〔ワークショップ実施中〕

終わりましたでしょうか。これはAパターンの親子ですけど、Bパターンもあるので、交代していただいてもいいですし、同じ役でもいいので、Bパターンでやってみてください。どうぞ。

〔ワークショップ実施中〕

それではお尋ねしたいと思うのですが、Aパターンの親子とBパターンの親子と、どっちがいい感じの親子だと思われましたか。Aパターンがいいなと思われた方。誰もいないですか。ではBパターン。そうですね。Bパターンの親子のほうがいい感じだけど、日頃私はAパターンになっているという方が多いと思います。AパターンとBパターンの違い、ちょっとした会話なのに、これだけ雰囲気違ってしまふというのはどういうことなのか。

人間関係で何が一番大事なんだろう。ギスギスしてしまうことと、ギスギスしないですごくいい関係になるのと、何が違うのかということ、発達心理学でもやるのです。1つのポイントは、結局子どもも、実は大人もですが、必死で求めていることは何かといったら、関心を持ってほしい、応答してほしいということなのです。赤ちゃんでも、泣いているだけと思われるかもしれませんが、「ミルクがほしいよ」とか「暑いよ」とか、もうコミュニケーションが始まっていると思ってもらったほうがいいのです。それに対して、「ミルクがほしいの?」「暑いのね」と、やはりお母さん、お父さんは答えられていると思うのです。あれはすごく大事で、いくら泣いて求めても、誰も答えてくれないというのは、人間が一番きついわけです。

大人でも「どこか、きょうお茶行かない?」

「行こうか」とか、「いや、きょうは行けない」でもいいのです。応答してくれる人がいるということは、自分がそこに存在している、透明じゃないということ、自分が存在しているいいということを知らしめてくれるということで、応答性というものがすごく大事なのです。できればやはり「これはお腹がすいている泣きだから、ミルクをあげよう」とか、「これはきっと暑いから、温度を下げてやろう」とか、できるだけ相手をよく見て敏感に応答するというのがベストです。

もちろん親も大人も神様ではないので、やはり分からないことはあると思うのですが、少なくとも無視したり、何か答えないというよりは、「そうだね」と目を向けるだけでもいいので、応答してやるというのが大事なのです。

精神科の病棟に院生を連れて行ったことがあるのですが、統合失調が重くてあまり分かっていないかなと思って、お医者さんがある患者さんにだけ話していると、他の人が飛び蹴りしてきたりする。結局、誰かのほうにしか目が行ってないと、「私たちは無視されている」といったことが何となく分かるのだと思います。そういう意味で、人間というのはすごく関心を求めているんだなということが、本当によく分かります。

さっきのAパターンとBパターンで何が違うかという、Aパターンはお母さんが先回りしてしまうのです。おいしいものをつくったのに食べないじゃない、公園に連れてきたのに遊ばないじゃない、と。真面目な人ほど先回りして子どものためと考えるのですが、別に子どもは「やって」とも言っていないわけです。大人は期待して、期待どおりにいかないからイライラして、きつい言い方になって子どもは泣くといったパターンになるわけです。

実際は反対で、子どもが何々をしようとしたからしてやるということだと、大人も楽な

のです。「お母さん、お腹すいた」というときだったら、別にすごい料理をつくらなくても、おにぎり1個でも「ありがとう」という気持ちになるわけです。子どもが欲してきたことに対して応答してやることができると、すごくいい感じの人間関係ができるのです。

そうすると、お父さん、お母さんが、「それじゃ、甘やかしているということじゃないですか」と言われることがあるのですが、甘やかすというのは、何でもそれをやってあげると受け入れることで、応答するというのは、今はやらないよと言ってもいいのです。つまり応答するというで、受け入れるということとは違うので、ここが一番基本的なことになるのではないかと思います。

だいたい非行に走る子というのは、地味なところで地味な格好をしていないですよ。目立つところに座って、目立つ格好をして、目立つ髪の毛をしているのは、やはり見てほしい。本当に見てほしくなかったら、どこか地味なところにいればいいわけです。引きこもっている子も、本当に嫌だったら家から出てしまったほうがいいわけです。やはり関心を向けてほしいところが根本にはあるのだと思います。

2007年の調査で、ユニセフが15歳の子に「寂しいと感じていますか」という調査をしたら、すごく嫌な統計で、日本がダントツ1位なのです。「寂しい」と。日本人はどちらかというとネガティブに答える国民ではあるのです。ブラジルの人とかは「いけてる、いけてる」みたいな感じで、いいふうにつけるのですが、それを割り引いても高く、「寂しい」と感じている。「寂しい」と感じることで自分が悪いかどうかは別にして、やはり何か関心が向けられていると思えていないのかなというところが気になります。

もう1つ、2回目のワークをしてみたいのですが、もう1回じゃんけんをしていただきたいです。じゃんけん勝った方は、小

学校4年生のC男の役をしていただいて、負けた方は相談に乗る先生の役をしてもらいたいのです。シチュエーションは簡単で、小学校4年生の図書係をしているC男が、「先生、貸し出し禁止日に、親友から貸し出しを頼まれちゃいました、どうしたらいいですか」と、わざわざ先生のところまで来て、相談してきたということです。先生はどう対応しますかという場面なので、アドリブで、棒読みではなくてやってみてください。どうぞ。

〔ワークショップ実施中〕

どうですか。会話が長く続いている先生と生徒の関係も多いみたいですが。

はい。では、こちらを見ていただいて。今、わざわざロールプレイングをしてもらったのですが、何がポイントだと思われませんか。先生役の方で「貸し出し禁止日だから駄目だろう」と言った方、それはブーです。そういう方はいらっしやなかったですか。この練習は、子どもの気持ちに寄り添えるかというチェックができるのです。

ポイントは何かというと、小学校4年生というところですね。小学校2年生は、たぶん先生のところへ相談に来ない。図書係をしていて、友達が「貸して」「駄目」「えー、絶交」「ガビン」とか言って。でも帰りはもう仲良しみたいな。小学校2年生だと、別に「駄目」と言っても傷つきもしないし、すぐ仲良しになるのです。

ところが、小学校4年生の10歳というのは面白い時期で、いろいろな悩みが出てくるのです。10歳の子は貸し出し禁止日に本を貸してはいけないことを当然知っているのです。規則については当然分かっている。道徳の時間でも、規則って大事だよと習っているわけです。ところが、10歳になると友情も強まるのです。友達に対する思いやりとか、友情というものについて強く考えるようになる。ですから、友達のために何かしてあげたいという気持ちも強くなるのです。道徳の時間にも、

友情は大切だよと習っているわけです。そうすると、規則を守るべきか、友情かとジレンマになるじゃないですか。どうしていいか分からないから、小さな胸を痛めて、わざわざ先生のところに来ているわけです。だから、たぶんその先生は信頼されているのだと思います。ジレンマを抱えたときに、来てくれるということですから。

そのときに大事なことというのは、そのジレンマを、先生も分かるよということを示してあげる。「そうだよ。貸し出し禁止日には本を貸すことはできないし、でも、お友達には何かしてやりたいと思うし、それは困っちゃうよな」と、まず一言そういうことを言っていたら、子どもは「先生もこのジレンマを分かってくれた」ということで安心できますよね。

しかも、10歳というのは、すごくいろいろなことが発達していて、道徳的価値が葛藤するだけではなく、時間的な展望ということでも1年間ぐらい未来を見通したり、過去を振り返る力も出てくるのです。だから、友達に嫌な思いをさせたら、2〜3カ月口をきいてもらえないかもしれないといった不安も抱いたりするわけです。あるいは、過去にあんなことをやって、すごく気まずいことがあったから今回はというような。小学校2年生と比べたら、小学校4年生はかなり未来を考えたり、過去を振り返ったりすることもできるので、悩みが深まるのです。

中学、高校になると、もっと何年も先を考えることができるので、本当に大人に近い悩み、いろいろなことを考えて「どうしよう」ということになるわけです。しかも気持ちとしては、友達には嫌われたくないし、先生にも怒られたくないし、不安という感情の部分もコントロールできない。そういう意味では、こうしたジレンマを抱えたときに子どもが相談してきたというのは、学びのときなので、それをチャンスととらえて教えてあげること

ができるが一番いいのです。

ですから、さっき言ったように、「規則も守らなくてはいけないし、友達もなんとかしてやらなくてはいけないし、どうしていいか迷っちゃうよね」と言った後で、「でも、本を貸しちゃうと他の人が本を借りたいときに貸せなくなっちゃって、ちょっと不公平になっちゃうよね。だから、やっぱりきょうは本は貸せないということを言ってあげたら？ 言えなかったら、今日は先生が言ってあげようか」とか、いろいろな具体的なことができますよね。その子が、こういうふうになればいいんだということを学ぶように、先生が具体的に支援してあげることがすごく大事になってくるのではないかと思います。

私自身が今取り組んでいるいじめ防止法の1つに、ソーシャルスキルトレーニングとか、ソーシャルスキル教育と呼ばれているものがあります。これがパーフェクトというわけではないですが、いじめ防止にはやはり効果があるといわれているので、使い方次第かなと思っています。それについて残っている時間でご説明したいので、もう1回じゃんけんしていただいていいですか。

これは、学校の先生同士が職場で、あるいは親同士でもいいのですが、「先生、ちょっと悩みがあるので、聞いてもらえませんか」「何ですか」というシチュエーションだと思ってください。

「先生、うちのB男なんですけど、日頃から乱暴で、言い方もきつくて、友達から嫌われてるんですよね。『もっとやさしく!!』と何度も注意してきたんですが、全然聞かない。もうわがままな性格で、どうしようもない感じなんですけど、先生、どうしたらいいと思いますか」といった場面です。じゃんけんで勝った方は相談する役で、負けた方はアドリブで対応するという役です。どうぞお願いします。

〔ワークショップ実施中〕

どうでしょう。いろいろな対応があると思います。盛り上がっているところもあるようです。これは答えがあるわけではなく、いろいろな対応があると思うのですが、ソーシャルスキルという視点から考えて、相談に乗っている先生の相談の仕方を見ると、この先生が駄目だなと思います。もちろんカウンセラーの立場からすると、この先生に相談されたら、「先生、駄目です」とは言わない。だけど、この先生に問題があると思うのです。本当は時間があれば、どこが駄目だと思われるか、いろいろお聞きしたいのですが、時間がないので自分で答えを言ってしまう。

まず、性格のせいにはしています。私たちは子どもの問題を性格のせいにするんですよね。私は働きながら子育てをしているけれど、やはり働いているから外食が多いのです。そうすると、女の人でも、グループで人の話をしているのです。「あの人さあ」みたいな、対人関係の話ですね。そうすると、やはり「あの人ってああいう性格だからさあ」と、性格のせいにして、最終的に日本人は血液型のせいにはします(笑)。そういうのはアメリカにはないのですが、割と性格のせいにはしています。

私は親子が歩いているのを見ると、結構近寄って観察してしまう嫌な癖があります。そうすると、お母さん、お父さんでも、2歳ぐらいの子に「かわいげのない子ね」「かわいげない性格ね」「あんたって乱暴な性格ね」と、声をかけている人が結構多いのです。そうすると、私はその人の子どもではないのに、胸がキュンと痛くなるのです。

どうですか、自分の親から「あんたって乱暴な性格ね」とか、「あんたってかわいげない性格ね」と言われて、明日からかわいげのある性格になろうとか、乱暴な性格をやめようと思いますか。思わないですよ。悪い性格で言われると、「そう思われてるんだ」と悲しくなるか、「みんな、そんな乱暴な性格だと言

ってくるんだったら、乱暴な道を行ってやれ」と背中を押すようになりますよね。どちらかというと、乱暴な性格だなんて言っていると、どんどん乱暴な道に押し込んでいってしまうような感じになってしまうのです。

悪い性格のせいにされても全然いいことはないのですが、大人は悪い性格のせいにはしているのです。なぜだと思いますか。効果がないのに悪い性格で言ってしまう。これはやはり大人の責任転嫁なのです。「これだけ一生懸命教えているのに、あなたが言うことを聞かないのは、あなたの性格がこうだ」とか、「私はこんなに一生懸命子育てしているのに、あなたは全然聞かないのはあなたの性格のせいだ」と言うほうが、親も大人も楽ですよね。無意識のうちに子どものせいにしてしまう。人間は弱いですから、親も責任を転嫁してしまって、「もういいわ。じゃあ、目立たないところで適当にしてたら」と、性格のせいにして関心を向けず、他の期待できる子のほうにばかり目が向くようになってしまうのです。そういう意味では、性格のせいにしてはいけないし、してもいいことがない。

どうしても性格のせいにしてしまうという先生がいらっしゃったのですが、これはトレーニングの方法があります。「B男はわがままな性格である」とノートに書きます。その下に「B男はわがままな能力がある」と書き直す。わがままな能力があるという、何かいい感じがしませんか。わがままな能力って、何かちょっとエネルギーがプラスになるような。そういういいところをリソースと言いますが、悪いところをなくしていくような教育よりは、いいところを生かしていくほうが、子どもたちも自信を持っていきやすいし、大人もやりやすいということがあって、性格のせいにはしないということがあります。

また、性格というのは相対的なもので、心理学の性格検査を受ければ違いますが、私たちが普段使っている性格理論はすごくいい加

減です。例えば、あるおうちで「あんた、お兄ちゃんに比べて乱暴な性格ね」とお母さんが言ったりしますが、ちょっと私が引いて見ると、その家全体が乱暴だったりするのです。その中で、次男が一番乱暴だと言っているだけで、そのおうちがもっと乱暴なコミュニティーに行くと、おとなしいファミリーになったりする。すごく相対的なものなので、性格のせいにはしないということがあります。

それから、何度も注意してきたのに、全然聞かないのだったら、そんな効果がないものを、なぜやるのかということです。もちろん教育は忍耐ですから、辛抱強く同じアプローチをすることも必要だと思いますが、全く効果がないものをぐだぐだやっても、仕方がないので、あるときは変えていくことが大事です。

もう1つポイントになっていくのは、「もっとやさしく」。やさしくしなさいとか、勉強しなさいとか、人の話を聞きなさいとか、落ち着きなさいというのは、すごく簡単な日本語ですが、分かっている子はもうできていて、分からない子は、やさしくするということがどういうことなのかが分からないのです。勉強ができない子は、勉強をするということがどういう行動をすることかが分からないのです。ただ座っていればいいのか、1ページ目から暗記すればいいのか、という話になってしまう。やさしくするというのも難しいですよ。

ぬいぐるみの頭をなでたときに、「何々ちゃん、やさしいね。なでてあげて」と言うから、こうやってなでてあげることがやさしいことなんだと学んだりするわけです。「こういうときの『やさしい』というのは『どうぞ』と言ってあげることなのよ」というように具体的に教えてあげて、「それをやさしいとみんな思うのよ」といったことを説明してあげないと、意外と分かっているためにやれていない子というのはすごく多いのです。

そういう意味で、性格のせいにしないで、今まで学んでいないからやれていないと考えてあげて、分かるように教えてあげるといのがソーシャルスキルの考え方です。要領のよさを教えるという意味ではなくて、学び落としているので、性格のせいにしないで、それを面倒くさいと思わないで、その子に分かるように教えてあげるといのがソーシャルスキル教育の考え方になっています。

最近、やはり生身の人間と遊ぶ時間がどうしても絶対的に減っています。人との付き合い方というのは、ゲームとか、そういうところからは学べないのです。お母さんやお父さんも忙しくて、こういうことがやさしいことなのよとか、こうやって新しいことを学ぶことが勉強なんだよと、かみ砕いて教えてあげられるような環境が減ってきたために、なかなか学べていないということがあるのではないかとわれています。

上手に聞くとか、自己紹介をするとか、質問をするとか、仲間に入るとか、あたたかい言葉をかけるスキルとか、こんなこと教えなきゃいけないと思われる方はいらっしゃるかもしれないですけど、意外とどうしたらいいかが分からないためにできていない子がいるのです。

私も、上手に断るスキルは、理屈では自分でもやっているのですが、なかなか断るのは難しいこともあります。気持ちをコントロールするとか、具体的に教えて、その子が苦手なことを教えてあげると、だいぶ人間関係が違ってくることがあります。

授業とか実践の中でどのようにしていくか。私たちは思いやりをどうやって学ぶかという、思いやりとか社会性というのは、1つはやはり大人から言って聞かせられるわけです。さっき言ったように、こういうことがやさしいことなのよとか、「友達とけんかしたのだから、明日、仲直りしなさい」というのは抽象度が高くて、「お母さんだったら、明日朝一番

にげた箱に行って『昨日のことごめんね』と言ってみるわ」というように具体的に教えてあげる。

それから、学校が一番いいのですが、ただ観察するだけで、子どもたちは学ぶことができるのです。自分が直接怒られたり叱られたりしなくても、見て、「ああいうことをしちゃいけないんだ」と学ぶことができるので、いいモデル、悪いモデルを見せて考えさせる。観察して学ぶことができます。

それから、やはり自分が生活の中でやってみないとできない。最初は「おはようございます」と言うのも恥ずかしい。だけど、だんだん「おはようございます」とリハーサルして、「うまく言えるようになったね」ということで、挨拶ができるようになる。そして、やはり応答して、いいフィードバックをしてあげる。今の錦織選手ではないですが、コーチが変わったらがぜん強くなったように、いいフィードバックをもらえると、自分で間違ったことを何回も繰り返して学ぶよりいいということですよ。

でも、この間長岡に行ったら、「言って聞かせて、やって見せ、やらせて認めてやらねば」と、山本五十六さんがもう言っていたのかと。わざわざアメリカから学んできたことではなくて、日本の中でも、そのように言われていたんだということがあります。

具体的に言って聞かせて、モデルを見せてやってみてほめてやるということ、家庭や学校の中でやっていただく、子どもたちはいろいろなことが学べるのではないかと。

今一番大事だと思っている、思いやりを育てるということですが、私たちはみんなひとりよがりなので、どちらかというとき自己中心性が高い。日本は必ず地図の真ん中であって、赤い国だと思っている子どもがいるのです。オーストラリアに行って地図を買うと、日本はどこに行ったかな、というように、違う国から見ると日本は本当に小さい国で、もしか

したらあまり関心がないかもしれないみたいな、いろいろな視点から考えられることがすごく大事ではないかと言われています。

これは思いやりがどうやって育つかということを、ハーバード大学の先生が長年調べた中で明らかにされたことです。私たちの行動は、他人を変えたいタイプと、どちらかという自分が変わらなきゃと思うタイプがあるのですが、他人を変えたいタイプで暴力を振るう人と、自分を変えなきゃと思う人で逃走してしまう人というのは、思いやりのレベルでいうと同じで、レベル0です。

他人を変えたいタイプでも「暴力は駄目だな、相手が嫌がっているんだから、脅しにしよう」。「逃げていては駄目だな。やはり逃げたら迷惑だから、その場にしよう」というのは、ちょっと思いやりのレベルが上がってくるのです。もっと思いやりのレベルが上がってくると、「脅しも駄目だ、相手は困っている。説得しよう」。自分を変えなきゃというタイプも、『ただ「はいはい」と言うだけでは駄目だ。ちょっと意見を出そう』ということで、私たちの思いやりのレベルが高まってくると、やはり話し合うという行動が一番ですねということに、行動も変わってくるという例が明らかにされています。

尾木先生のプログラムの中にもあったのですが、いじめの防止モデルを考えたときに、スクールレベル、学校全体で考えていくレベルと、クラス単位で考えるレベルと、問題行動が明らかに強くて、個別で対応することを考えていくことが大事です。個別指導が必要だった子も、学校のいじめプログラムなどの効果が出て、クラスレベルの指導でよくなったとか、クラスレベルの指導をしなくても、学校レベルの指導でよくなったというふうに、だんだん改善されていけば効果があるという見方をしています。

私もアメリカやヨーロッパに行くことが多いのですが、学校が本当に先生にとっても、

職員さんにとっても、子どもたちにとっても、安全で安らぎのある居場所になっているのかどうか。今まで子どもの居場所があるかどうかということがすごく議論されていたのですが、最近は先生方や学校で働く人がみんな安らぎの場になっているかどうか。私で言えば、法政大学に来ることが本当に働きがいがあって、いい同僚にも恵まれて、本当にいい大学に勤めているという気持ちが強ければ、学生が見ても、教員の仲がいいといい雰囲気になっているわけです。先生方がギスギスしていて、この学校に来るのがつらくなると、子どももやはり遠目に見て、何となく居心地がいいと感じなくなってしまう。ある場所にしていくかということが今大事だと言われています。

最後に取り組みをご説明して終わりたいと思います。環境と言ったときに、よく学校で黒板の上に「和」とか「たくましく」と書かれていたりしますよね。小中高で、黒板の上に必ずこの字がある。

この間大学生に聞いたら、長いこと学校に通っていたのに、何か字があった、書道みたいな字だったと思うけど、全然覚えていないという人がいました。結局、学校の中にいっぱいいろいろないいメッセージが貼ってあっても、子どもの心に届いていないということにショックを受けました。どうあつたらメッセージが子どもの心に届くかという掲示物の貼り方です。

アメリカでのある取り組みですが、その学校は「やさしい」ということを教えたい。玄関マットに「やさしくしよう」と書いてあって、玄関でのやさしさは、自分の靴を自分の靴箱に入れること。人が違うところに入れていたら、入れてあげること。廊下でのやさしさは右と左できちんと歩くこと。体育館にも「やさしさ」と書いてあって、体育館のやさしさはボールを交代で使うことというように、やさしいという言葉の背景に、具体的に状況

によっていろいろな行動があるんだよということを教える。そうした工夫もされています。

一番最初に戻りますが、実際にみんなが自分に注目してほしい、関心を持ってほしいということが大事なので、うちの学校は全員のことをちゃんと見ていますよと、それをメッセージとして学校全体に届くようなものを工夫して置いたりする。クラスには、これはガラスの瓶ですが、きょう1日お友達に親切にしてもらったとか、いいことがあったら、ここにスーパーボールとか愛のカードみたいなものが置いてあるので、それを1個、いつでもいいから入れるということをするわけです。そうすると、帰りがけに、「きょうすごいね、このクラス、いろいろなあたたかいことをしてもらった人がこんなにいるんだ」とか、「やさしいクラスだね」と、目に見えるような取り組みをしてあげること、「このクラスっていい雰囲気」と、そういったちょっとした工夫でも、子どもたちの心は変わっていきます。

そして、個別に問題がある子は、Aちゃんのカードということで、Aちゃんがバスに乗る時間や休憩時間に、例えば「やさしい」ということが目標だったら、「やさしくできてたよ」というように、きちんとあなたを見てあげているよと。どちらかというと、問題行動を持っている子は、問題ばかりに先生が関心を向けるのですが、「ここができてたよ」といったことを評価してあげるのです。

最後に、先生も認めてもらいたい。先生も「頑張ってるね、先生」と言われたい。大人もそうですよね。ほめてもらいたいので、問題行動が減ったらおいしいランチが食べられますよとか、先生方もいいことがあったら、「すごく頑張りましたね」という賞状がもらえたりと、いろいろな工夫がされています。

困った子どもというのは困っている子どもであるし、困った親というのは困っている親、困った先生と言っているのは困っている先生ということです。

この間アメリカ心理学会でオバマさんの奥さんのミッシェルさんがいらして、「支援が必要な人というのは、弱いからではなくて、強いからなのよ」といった言葉を残されていました。弱いから支援してあげるという考え方ではなく、その人がそれだけ悩んでいるということは、そこに強さがあるのだから、同じように支援してあげようと言われていました。

こういったちょっとした取り組みが思いやりを育てたり、いじめの防止につながるのではないかと思っています。ちょうど時間になりました。これで終わりたいと思います。ありがとうございました。(拍手)