



11 月を振り返って

4 年生の皆さんは、今は卒業研究の追い込みの段階だと思います。そちらに集中してください。卒論が一段落したら、すでにお渡ししている資料を参考にしながら、4 月に教員としていいスタートが切れるように準備を進めていくことにしましょう。不安な事や疑問点があれば教職課程センターまでお越しください。個別に相談させていただきます。

3 年生は、教職課程センターに登録した皆さんは、すでに面談も終わり、一次選考の準備と論文作成に取り掛かっています。一次選考の準備は、基本的には過去問に取り組んでいただくこととなります。過去問をよく分析すれば、自治体ごとに出題傾向もわかると思いますので、計画的に勧めていきましょう。論文作成はとにかく何本もテーマを変えて書いてみる必要があります。最初はなかなか筆が進まないかもしれませんが、お渡ししてある「論文作成の手順」「論文の構成」等の資料を参考にして、とにかく書いていきましょう。最初は時間がかかっても OK です。とにかく書いたものから提出してください。添削を受けることで「型」が身につけていきます。こちらもぜひ計画的に進めてほしいと思います。

12 月の予定

教職課程を受講中の学生の皆さんは、授業の一環として、以下の日程で「合格体験発表会」及び「都教委による採用選考説明会、卒業生の話聞く会」が予定されていますので、そちらに参加して情報を得てください。

★合格体験発表会

12 月 2 日（土）13：20～16：50 西館 3 階 W304 教室

★都教委による採用選考説明会、先輩の話聞く会

12 月 9 日（土）13：20～16：50 西館 3 階 W304 教室

「合格体験発表会」は、今年度教員採用選考を受験して正規合格となった 4 年生、大学院生が、今まで取り組んできたこと、選考受験に臨む心構えや実際に受験して感じたこと、などを発表してくれます。教職課程を受講している皆さんや、教職に興味を持っている皆さんには、ぜひ参加していただきたいと思います。

また、「都教委による採用選考説明会」は、東京都教育委員会より講師をお招きして、現在の採用選考の在り方や、東京都の教育施策、教員の待遇や福利厚生など幅広い内容について説明していただきます。その後の「先輩の話聞く会」では、数学、理科専攻で、現在中学校と高等学校で教員として勤務されている卒業生の先輩をお招きして、実際の教育現場の様子や、教員としてのやりがいや困難な点等について、生の声を聴かせてくれます。こちらもぜひ参加していただきたいと思います。

教員の勤務・休暇・給与等について

今教員の志願者が減少傾向にあることは聞いています。ここでは職業選択の判断材料として、教員の働き方に関わる勤務体系・休暇・給与等についてまとめておきます。

1. 勤務時間・休憩時間

正規の勤務時間は、休憩時間を除き 7 時間 45 分／日、38 時間 45 分／週です。一般的には 8 時 15 分～16 時 45 分の設定が多いです。

休憩時間は、勤務時間が 6 時間を超える場合は少なくとも 45 分、8 時間を超える場合は 1 時間、継続して一昼夜にわたる場合は、1 時間 30 分以上と規定されています。一般の公務員は昼休みに一斉に休憩時間を取りますが、教員は昼に給食指導等があるので、15 時 45 分～16 時 30 分に設定されることが多いです。

時差勤務は、全ての教職員が、公務運営に支障がない範囲で行うことができます。時差勤務の割振りは、正規の勤務時間から 15 分前、15 分後、30 分前、30 分後、60 分前、60 分後、90 分前、90 分後、120 分前、120 分後の中から、3 つ以上 5 つ以下が学校毎に定められています。

2. 週休日

週休日は原則として、土曜日と日曜日です。週休日は勤務する義務はありません。週休日に勤務を行う必要がある場合は、「週休日の変更等命令簿」により「週休日の変更」を行います。教育職員は週休日の変更に加え、「半日勤務時間の割振り変更」を行うことができます。半日勤務時間の割振り変更は、勤務日の前半又は後半の概ね 4 時間の勤務時間を、新たに勤務をする必要がある日に割り振るというものです。週休日の変更は、原則週休日の属する週において行うこととされていますが、やむを得ない場合は、週休日の前 2 月又は後 4 月の範囲内で行うことができます。

3. 休日

休日は、①国民の祝日に関する法律に規定する休日、②年末年始の休日、③国の行事の行われる日。休日は、勤務する必要はない日です。

4. 休暇

①年次有給休暇：1 会計年度に 20 日（20 日を限度に翌年度に繰り越すことができます。）

②夏季休暇：7 月 1 日から 9 月 30 日までの 3 か月間に 5 日

これ以外にも慶弔休暇（婚姻、親族の死亡）、妊娠出産休暇、病気休暇、子どもの看護休暇、介護休暇、ボランティア休暇、長期勤続休暇、等様々な休暇制度があります。

5. 給与

新卒者が東京都内（島しょ地域を除く）の学校に配属された場合の初任給は、小・中・高等学校で 254,500 円、特別支援学校で 267,800 円です。（給料月額、教職調整額、地域手当、義務教育等教員特別手当及び給料の調整額を含む）さらに各種手当：扶養手当、住居手当、通勤手当、期末・勤勉手当等が、条例に基づき別途支給されます。特別支援学級、へき地（島しょ等）の学校に勤務する者等には、条例に基づき別途手当等が支給されます。（令和 5 年 4 月 1 日現在）

6. 期末勤勉手当

期末手当：2,40 月、勤勉手当：2,05 月、計：4,45 月／年

7. 昇給

定期昇給（年 1 回）管理職による勤務評定で決定。・最上位（6 号昇給）・上位（5 号昇給）・中位（4 号昇給）・下位（1 号～3 号昇給）・最下位（昇給なし）それ以外に上位の職に昇任すると給料表が変わるので昇給することが多いです。

8. 給特法（公立の義務教育諸学校等の教育職員の給与等に関する特別措置法）

第三条：教育職員（校長、副校長及び教頭を除く）には、その者の給料月額の百分の四に相当する額を基準として、条例で定めるところにより、教職調整額を支給しなければならない。

第五条：教育職員については、時間外勤務手当及び休日勤務手当は、支給しない。

超勤 4 項目：①校外実習その他生徒の実習に関する業務、②修学旅行その他学校の行事に関する業務、③職員会議に関する業務、④非常災害の場合、児童又は生徒の指導に関し緊急の措置を必要とする場合、その他やむを得ない場合に必要業務、①～④に限り校長は職員に超過勤務を命ずることができる。

『カウンセリング』と聞いて、それってカウンセラー等の専門家がやることじゃないの？と思った人も多いと思います。確かに学校にはスクールカウンセラーが定期的に巡回し、子どもの悩みや、保護者の悩みに対し相談活動を行っています。しかし、スクールカウンセラーは週一回しか巡回してきませんので、全ての子どもたちの悩みに対応することはほぼ不可能です。また最後はスクールカウンセラーにつなぐとしても、子どもや保護者の悩みに気づき、受け止め、教育相談（10月号参照）を行うことは、教員の職務です。今月号では、この『カウンセリング』について詳しく取り上げていこうと思います。

『カウンセリング』とは、悩みや苦しみを抱えている人の相談に乗り、援助・助言・指導を通じて本人の成長や発達、問題の解決をサポートすることです。ただ心理カウンセラーは特別な訓練を受けて資格を持った専門家です。私たち教師は、彼らほどの専門的な知識や技能を持ってはいないので、「傾聴」を意識しながら相談者の気持ちに寄り添うことが大切です。複雑なケースや、専門的な知見が必要なケースについては、迷わずにスクールカウンセラーにつないでいきましょう。

カウンセリングマインドとは、「あなたの話が聞きたい」「あなたの気持ちがわかりたい」と言う心情・心構えです。一言でいえば、**「あなたの話が聞きたい」という態度そのものがカウンセリングマインド**なのです。

➤ 教えないこと

カウンセリングマインド＝「話を聞く」ということは、「教えないこと」です。皆さんは大人ですから経験や知識もあります。そうすると、どうしても目の前の子どもに対して先輩として教えたくくなります。教えることが悪いわけではありません。でも、今はカウンセリングマインドを持って話を聞こうと思っていたはずなのに、いつの間にかあなたが話し始めている、ということはありませんか？あなたが教え始めれば、子どもは聞かないので、せっかく話そうと思っていたとしても黙ってしまいます。カウンセリングは成立しません。

➤ 簡単には理解しないこと・・・

カウンセリングマインド＝「話を聞く」ということは、「簡単には理解しない」ことです。皆さんは、子どもたちと触れ合ってきた経験と照らし合わせて、すぐ子どもたちの話が理解できてしまうでしょう。何となくわかったつもりになってしまいます。そうすると、子どもの話を真剣に受け止めようとする気持ちが弱まり、態度にも受け止める気持ちが無いことが表れてしまいます。**簡単に理解した気にならずに、しっかり子どもの話を聞いて受け止めましょう。**

➤ 相手のペースで話をさせること・・・

カウンセリングマインド「話を聞く」ということは、「子どものペースで話をさせること」です。今日はあなたが聞き役です。普通の会話の場面では、相手に気を使い、冷静に順序良く話したり、相手を不愉快にさせないように、ユーモアを交えて話したりします。けれども、カウンセリングの場面では、相手にこのようなことを要求しません。泣きながらでもいい、怒りながらでもいい、ずっと黙りこくってもいい。すごい勢いで話し続けてもいい。その子どもが話しやすいように、心を配り受け止めることが、カウンセリングです。

➤ カウンセリングマインドの効果・・・

あなたが、カウンセリングマインドを持って、「あなたの話が聞きたい」という態度で、話を聞くことができるなら、きっと子どもはたくさん話してくれるでしょう。そして**単に言葉を理解するのではなく、子どもの気持ちに共感して話を聞いた時、それは大きな力になります。**もしかしたら子どもはただ話を聞いてもらっただけで、現実には何も変わっていないかもしれません。しかし話をする前よりも、きっと少し心が軽くなっていることでしょう。ほんの少しの希望が湧いていることでしょう。それは、小さな変化かもしれませんが、小さな変化は大きな変化につながります。時間はかかるかもしれませんが、その子の心もきっと強くなり、次第に癒されていくことでしょう。**心に元気の素が溜まっていけば、それがその子の大きな力になります。**



カウンセリングの基本的な技法

『カウンセリング』の際に意識しておきたい技法について紹介します。

➤ 傾聴

何と言っても必要なのは傾聴です。批判したり、評価したり、遮ったりすることなく、相談者が思っていることを言い切るまで待ちます。これは一見簡単に見えますが、なかなか難しいことです。つい口をはさみなくなったり、反論したくなったりしがちです。傾聴に徹することは我慢が必要になってきます。



➤ うなずき

相談者の言ったことに対して「うんうん」と言ったり、首を縦に振ったりします。これによって、話を聴いているという姿勢や態度が滲み出てきます。相談者もこちらのうなずきによって、話すことを勇気づけられ、さらに色々なことを話そう！という動機づけになっていきます。

➤ あいづち

「なるほど」「そうでしたか」「大変でしたね」といった言葉をかけることです。うなずきよりも明確な言葉をさしはさみますが、うなずきと同様にカウンセリングにおいて、対話を促進させる機能があります。

➤ 繰り返し（おうむ返し）

相談者の言った言葉をそのまま言い返すことです。特に相談者の言ったことの中で、重要そうなことであったり、言いたいポイントであったりする言葉や文章を繰り返すことで、相談者にとって「話を聴いてもらえている」という安心感につながります。

➤ 承認

相談者のことを評価し、褒め、「それは良かった」「頑張ったね」というように励ますことです。こうした承認をされることで勇気づけられたり、救われたり、助けられたりすることは日常生活でもよくありますね。



➤ 保証

相談者の不安や心配に対して、「問題ない、大丈夫」と安心を与えることです。これにも価値判断は含まれていますが、保証があることで相談者は安心感を得ますし、私たちは信頼感を得ることができます。

➤ 要約

相談者の言ったことを短くまとめ、整理し、分かりやすく伝え返すことです。相談者の中には言っていることが断片的であったり、起承転結がばらばらだったりする人もいます。そんな話を要約することは私たちにとっても頭の中の整理になりますし、相談者にとっても、自身で何が言いたいのかが明確になっていきます。

➤ 自己開示

私たちが自分自身の考えや思い、感情などを相談者に伝えることです。カウンセリングの局面によっては、このような自己開示により、私たちと相談者との信頼関係が深まり、相談者自身の自己開示にもつながります。

