

コラム 人生課長の独り言～一歩進めるためのヒント～

コロナ禍が与えた影響（可能性）

新型コロナウイルスのパンデミックは、児童生徒の「心の基礎」を支える環境に大きな変容をもたらしたように思います。

○「つながり」と「自己決定」の喪失

学校行事の中止や密の回避により、他者との親密な「つながり」や、自ら考えて行動する「自己決定」の機会が奪われ、心理的欲求が充足されない状況が続いた可能性があります。

○コミュニケーションの阻害

マスク着用により相手の表情から感情を読み取ることが困難になり、非言語的なコミュニケーションを通じた「安心感」の醸成が妨げられたかもしれません。

○家庭システムの変容

テレワークの普及等で「仕事・学校」と「家庭」の境界が曖昧になり、生活リズムの乱れや家族間のストレス増大を招きました。これにより、本来「心のエネルギー」を蓄える場所である家庭が、必ずしも安らげる場所ではなくなったケースも見られるのではないのでしょうか。

あくまでも可能性に関する私個人の考えですが…。

「心の基礎（土台）」モデルでは、これらは段階的に積み上がっていくことが示されています。困難な状態にある児童生徒の心のエネルギーを満たそうと、しっかり誉めているのに効果が見られない場合は、もう一段下の「土台」を人間の良さ体験を積み重ねることから耕しはじめる必要があるということです。さらに同モデルでは、「心の基礎」は何歳からでも積み上げることができるということも注目が必要です。「指導が入らない」児童生徒に対して、何ができるか？考えるヒントになりそうです。（高橋）



「心の基礎（土台）」モデル①

「あの子は今、心のエネルギーが枯渇しているね」「今の子は、基本的なコミュニケーションスキルが不足している」など、児童生徒の問題行動の背景として「心のエネルギー」や「スキル」に注目し、それを補う取組を行ってきました。これらの取組はとても重要なのですが、エネルギーやスキルをいくら注入しても、その基礎（土台）が整っていない場合は効果は生まれにくいという考え方があります。今号から2回にわたって「心の基礎（土台）」モデルの考え方を紹介します。

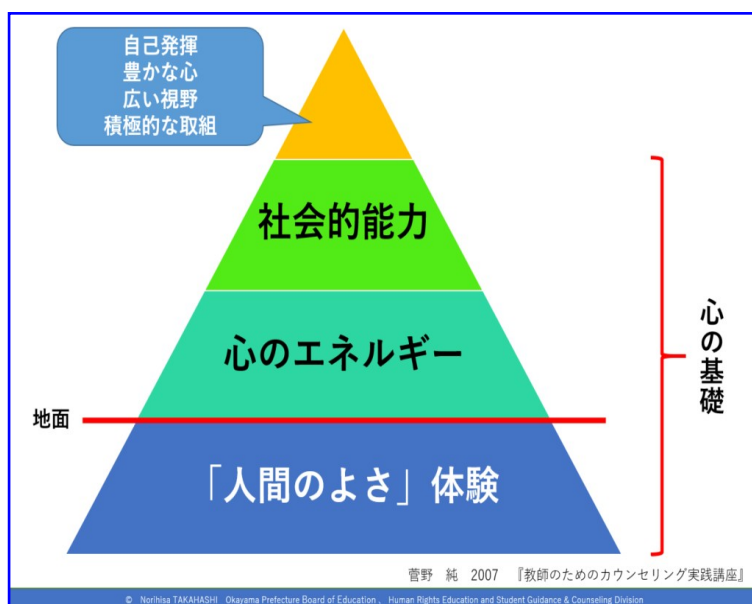
Q. いくら注意(指導)しても効果がありません。どうすれば良いですか？

A. どんなに誉めて(叱って)も、児童生徒は「別に～」と言うばかりで、なかなか行動変容につながらない。もちろん、昔のように指導に反発してくる訳でもない。そんな場面が少なくない時代かもしれない。

今、教育や心理の分野で「心の基礎(土台)モデル」という理論が注目されているのをご存知でしょうか。私たちは日頃、仕事や勉強において「成果を出すスキル」や「やり抜く意欲」を求められます。これらは「社会的能力」や「心のエネルギー」と呼ばれますが、実はそれらを支える、もっと深い最下層の『土台』があるというのです。

様々な問題やトラブルの背景として「心のエネルギー」は着目されてきたが…

「心の基礎(土台)」モデル



「心の基礎(土台)」とは、早稲田大学の菅野純が提唱したモデルで、以下の三層構造で捉えられています【図】。

最下層：心の基礎(土台)

「ありのままの自分を受け入れられている」という実感(人間のよさ体験)を通じて育まれる、基本的信頼感や安心感、居場所感のことです。

中間層：心のエネルギー

意欲、粘り強さ、レジリエンス(失敗から立ち直る力)を指します。

最上層：社会的能力

挨拶、コミュニケーション、問題解決、状況判断などの具体的なスキル(ソーシャル・スキル)です。

これまで、心のエネルギーや社会的能力に着目された教育が行われてきましたが、それを支える「土台」への着目が重要です。

土台が十分でないことと諸課題の関係性

「心のエネルギー」の枯渇や「社会的能力」が発揮されないのは、土台が不安定な状態(「安心の器(土台)」が壊れた状態)であることが原因で、それがいじめや不登校、対人トラブルの背景にあると指摘されています。

○社会的スキルの「形骸化」と対人トラブル

土台がしっかりしておらず「心のエネルギー」が枯渇している児童生徒に対して、コミュニケーション術などの「社会的能力」を技術として教えても、それを実際に使う力が湧きません。その結果、周囲とうまく関わらず、友人関係の摩擦やいじめの加害・被害につながるリスクが高まります。

土台が不安で居たと…

○「指導」が心に届かない状態

教師が励ましたり、あるいは不適切な行動を叱責したりしても、児童生徒側にそれを受け止める「安心の器(土台)」がないため、言葉が表面を通り過ぎてしまいます。これにより、問題行動が改善されず、事態が長期化・深刻化しやすくなります。

○不登校とエネルギーの枯渇

土台となる安心感や「自分はここにいてよい」という居場所感が希薄だと、集団の中で過ごすだけで過度なストレスを感じ、心のエネルギーを消耗しきってしまいます。このエネルギーの枯渇が、「学校に行きたくても行けない」という不登校の状態を引き起こす一因となります。

○自己肯定感の低下と無力感

土台が不十分な児童生徒は、失敗を恐れて挑戦を避けたり、些細なことで「自分はダメだ」という無力感に陥りやすくなります。この状態では、いじめなどの困難に直面した際に、助けを求めたり、状況を跳ね返したりする力が発揮されにくくなります。



『提要』のダウンロードはコチラ

POINT

三層からなる心の基礎の特に「土台」を耕す必要がある。