2015.8.20 発行

KJQ.PAPER

〈心の基礎〉リサーチ

第6号

2015 August

〈心の基礎〉教育を学ぶ会メンバー

会長 菅野 純　綿井雅康　加藤陽子　藤井 靖　桂川泰典　原口和博　中村 有

発行人 〈心の基礎〉教育を学ぶ会　事務局長　蓑地一夫

事務局 株式会社実務教育出版　〒163-8671 東京都新宿区新宿 1-1-12　TEL 03-3355-0921　kjq@jitsumu.co.jp

〈心の基礎〉教育・再考

〈心の基礎〉教育を学ぶ会　会長
早稲田大学名誉教授
菅野 純

〈心の基礎〉教育の中核概念である「心のエネルギー」が私の中でどのように形づくられてきたかについて、振り返ってみたいと思います。

1　教育相談の行き詰まり

昭和48年（1973年）、大学を卒業してすぐ八王子市教育研究所教育相談室の教育相談員（非常勤）になりました。教育研究所とは名ばかりで、建物は戦前の兵舎を移築したもので、雨が降ると至る所から雨漏りがし、すぐそばを中央線が通っていたため、電車が通るたびに会話は中断されました。廊下をガラス戸で区切ったスペースと、３畳ほどの小部屋が面接室で、書棚で囲んでできた６畳ほどのスペースがプレイルーム。古びた玩具と、わずかな図書。当時の所長が「相談に必要なもの、何か１つ買ってあげる。ただし３千円以内で」というので、言語障害の訓練用に鏡を購入してもらいました。

最初の頃は相談への来所者０という日々が続きましたが、口コミで少しずつ来所者が増え、１年後には１日の予定がすべて相談で埋まるようになりました。

当時の私が相談上重視したのは、今でいうアセスメントをできる限り的確に行うことでした。わからないことは文献で調べ、可能な限り有効な助言を行う。学部時代、乳幼児の発達や言語発達、当時まだミステリアスな障害だった自閉症について自分なりに研究していた私は、メンタルな問題よりも発達的問題に関心が強かったのです。

しかし「村のよろず相談」的な機関でもあったため、あらゆる問題に取り組まなければなりませんでした。相談対象は２歳から20歳まで。構音障害の訓練や吃音のプレイセラピー、重度障害児の就学相談、今でいう学校へのクレーム対応まで、毎日が新たなテーマとの格闘でしたが、充実した日々でもあり、勤務日以外にも“自主通勤”しては教育相談に打ち込んでいました。

相談員として１年半がたとうとした頃、私の中で気になることが生じていました。毎回１日も休まず通い続けているクライエントが理由不明のまま中断することが時々生じるのです。しかしその頃になると私を含めた３人の教育相談員では対応しかねるほど相談希望者が増えていたため、中断によって空いた時間帯は、すぐ新規ケースで埋められ、中断したケースのことを立ち止まってよく考える機会は逸したままでした。

ある時、知的に遅れのある幼い息子とともに相談に通っていた父親が言いにくそうな顔をして私にこう言ったのです。「ここに通わせていただき、先生のお話を聞いていると、『本当に先生の言うとおりだ』と思うんです。先生のご指導どおり、私もあの子のありのままをまず認め、イライラしたり怒ったりしないでかかわるべきだと。その時は、本当にそう思うのですが、家に帰って、あの子のまごまごした行動をみると、つい、カーっとなってしまい、いつものようにあの子を叱ってしまうのです。先生のアドバイスは頭ではわかるけれど、行動がついていかないのです」「ああ、また怒ってしまった、と自分でも情けなく、時々自分が嫌になってしまうのです。こうして相談室に通うこと自体がつらくなるのです」。

頭ではわかっても、そのように行動できない…以前の私だったら、目標とする行動のレベルを下げたり、目標に至るプロセスに小さな階段（スモールステップ）を設定したりと徐々に目標に近づく方法を提案したりして、何とか打開しようとしたことでしょう。しかしお父さんの言っていることは、もっと次元の異なる本質的なことのように思えました。「これまで熱心に通い続けてきたのに、急に連絡なしに休み出し、いつしか中断してしまったケースでも、同じようなことが起こっていたのかもしれない」…私はこれまで十分振り返ることなくやってきた自分の相談の方法の重大な欠点に直面したのです。

2　「心のエネルギー」発見

当時の私には打開策がなかなか見いだせませんでした。若い頃はそうした出来事に出会うと、「自分はこの仕事に向いていないのではないか」と思いがちになるものです。私も例外ではありませんでした。「僕はカウンセラーには向かない」という気持ちと、「この程度のことで音を上げるようでは、どんな仕事についてもダメだぞ」という気持ちの間で、大いに揺れる日々が続いたのです。

私は自分が学んできたことの中に何かヒントになるものはないか、と考えました。同時に、まだ学んでいない何かの中に、実はすでに答えがあるのではないか、とも思い、手当たり次第、本を読みあさりました。

その結果、自分なりに見いだしたのが「心のエネルギー」という考え方です。「頭でわかる」段階から、「頭でわかったように行動できる」までの間に必要なものは、行動の原動力となるべき精神的エネルギーではないか、と。

クライエントが、「ここに相談に来て、よかった」「私は独りぼっちでない、カウンセラーの先生方が一緒に考えてくれる」「親としての苦しい気持ちをわかってもらえた」「話したらこれまではかたくなだった気持ちが少しほぐれてきた」…といった体験をした後に、心の中には「よしっ、やるぞ！」といった意欲のようなものが湧いてくるのではないでしょうか。

私がお父さんとの相談でまずすべきだったのは、わが子へのかかわり方のノウハウを教える以前に、わが子へ愛情は抱いていてもうまく届かず悩んでいるお父さんの心を少しでも理解し、萎縮し冷えがちな心を温め、行動の原動力となる心のエネルギーをたくさん補充してあげることだったのです。

3　不登校ケースからの学び

その後、私は数多くの不登校ケースを行うようになりました。不登校という問題ほど「頭で考えている」ことと「実際に行うことができる行動」のずれが顕著なものはありません。不登校の多くの子どもたちは、不登校という状態を心地よいとは思っていないのです。自由に自分のやりたいように時間を過ごせるから楽しいと思っている子どもはほとんどいません。親や先生、そして社会の風潮が「学校は行くべきもの」というプレッシャーを子どもに与えるため、というのも確かに一因ですが、仮にそうしたプレッシャーが皆無でも、子どもの心の葛藤はなくならないでしょう。

不登校のケースでは、心のエネルギーが枯渇しているケースがほとんど、といっても過言ではありません。そのことに、当の本人も、周囲の大人たちも気づいて

いないのです。「学校に行けない（行かない）」ことを、子ども本人の「性格」の問題にしてしまい、「わがまま」「甘えている」「弱い」「無気力」…といったレッテルが加えられます。心のエネルギーの枯渇に気を配らず、周囲からの働きかけのみをエスカレートすれば、子どものほうはどんどん息切れ状態になってしまいます。子ども本人が自分の心のエネルギーの枯渇に目を向けずひたすら頑張ることで不登校を克服しようとすれば「意欲の空回り」状態になってしまいます。

不登校のケースの理解に、その子の心のエネルギーの充足度を把握し、支援にあたってはまず第一にその子の心のエネルギーの充足をはかることを優先することで、私なりに不登校支援法を見いだしたのでした。

4　教育相談から学校教育へ

ある時期から、教育相談のケースを通して、あるいは研修会を通して、学校の先生方とのさまざまなかかわりが増えてきました。学校教育の場では、相談ケースとしてあがるほどでなくとも、指導が難しい子や、家庭的な背景が厳しいため保護者の協力が得られず教師が悪戦苦闘するケースなど、常に悩ましい問題がありました。何よりも「集団を指導しながら個人をも指導する」という課題がいつも立ちふさがっていました。

一方で、教師は「魔法の力」をもっています。

元気のなかった子でも、教師の一言、表情一つで、元気が湧いてきます。やる気に満ちるのです。

心のエネルギーという視点で改めて学校教育を考えてみると、さまざまなテーマが浮かび上がってきます。

- 子どもの心を元気にし、やる気を出させる教師の言葉かけ、態度
- 子どもの心からやる気を引き抜いてしまう教師の言葉かけ、態度
- 子ども同士が互いに心のエネルギーを与え合うクラス作り
- 子ども自身が自分で自分の心にエネルギーを与えながら歩んでいくためには
- 教えがよく根づく子どもと根づきにくい子どもの違いとは

＊

心のエネルギーを核として、新たに「〈人間のよさ〉体験」と「社会的能力（の獲得）」の２つを加えて、〈心の基礎〉教育の展開が始まったのです。

菅野純先生最終講義レポート

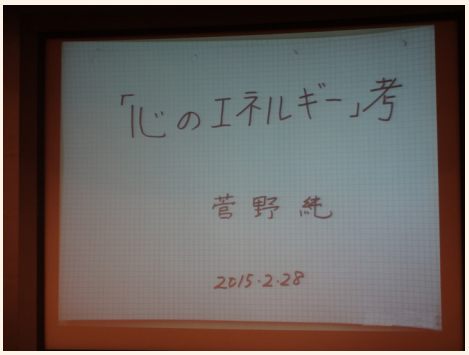
2015年３月、菅野純先生が早稲田大学を退職されました。菅野先生は1973年より東京都八王子市教育センター教育相談員として14年間勤めた後、1987年に早稲田大学に着任されました。専任講師、助教授を経て人間科学学術院教授となり、28年にわたって教壇に立ってこられました。

２月28日、早稲田大学所沢キャンパス100号館A棟212教室にて、「心のエネルギー・考」と題した菅野純先生の最終講義が行われました。当日は菅野先生の教えを受けた方やともに研究をしてきた方などが聴講し、教室が満員となりました。

10時40分から90分間の最終講義では、菅野先生がこれまで研究し実践してこられた「心のエネルギー」を中心とした講義が行われ、最後に菅野先生ゆかりの方々がスピーチをし、花束が贈呈されました。

最終講義の後、学生食堂でランチ交流会が行われました。引き続き多くの方々が参加され、菅野先生を囲んでいました。菅野先生と一言お話ししたいという参加者が長い列をつくっていました。

（〈心の基礎〉教育を学ぶ会　事務局）



投稿を募集しています！
事例研究や実践ノートなど何でも結構です。投稿していただける方はメール（kjq@jitsumu.co.jp）にてお知らせください。

日々研究
report of research

『KJQ』をよりよい心理検査へと進化させるべく、研究会のメンバーは日々研究を重ねています。このコーナーではその研究成果を報告します。

保健室から発信する社会的能力の育成
― ＜幼さ＞からの脱皮を促進する健康教育 ―

藤枝市立藤枝中学校
養護教諭　増田 みちよ

1　主題設定の理由

① 保健室で感じる＜幼さ＞

近年、保健室に来室する中学生のふるまいの中に＜幼さ＞としか言いようのない行動が頻繁に見られるようになった。

・取れてしまったボタンを付けたいと来室した生徒に、針と糸を用意し付け方を教えると「やってくれないなら他の先生にやってもらうからいい！」と出ていく。
・友達関係のトラブルで来室したが「自分は悪くない」と言い張るだけで、トラブルの原因や自分のとった振る舞いについては無自覚である。
・単語レベルでしか自分の気持ちを話せない。
・教師に対して“タメ口”をきくなど態度や言葉遣いが慣れ慣れしい。
・友達に付き添われて泣きながら来室するがなかなか泣き止まず、話しかけるとさらに泣きじゃくる。

“してもらうこと”に慣れていて依存的であり、年齢相応の分別・けじめ、自己コントロール力、自己表現力など、社会的能力の未発達が見られるのである。

こうした＜幼さ＞の原因としては、これまでの成長過程で社会的能力をしっかり身につけてこなかったという「未学習」の問題がまずあげられるだろう。つまり保護者が子どもにあるべき成長モデルを示すことができず、また社会的能力を育てる働きかけ（しつけ）も十分行われていない、という現実である。事実、保健室に来室する保護者自身にも＜幼さ＞とも言える言動が見られることがある。

・我が子の行動しか見えず、子どもの言ったことのみを真実として被害妄想的に訴えてくる。
・「我が子だけは大事に関わってほしい」と要望してくる。
・けがや病気で迎えを依頼した際、我が子をいたわるどころか、まるで学校への当てつけのように子どもに罵声を浴びせる。

「我が子の言いなりになってしまう」「逸脱行動をたしなめることができない」など家庭教育機能の不全ともいえる保護者の問題が、生徒の＜幼さ＞とセットのように存在しているのである。

② 校内での検討

保健室で見られるこのような問題を、生徒指導委員会や運営委員会で報告すると、クラス担任や生徒指導担当などからも同様の＜幼さ＞や家庭教育力弱体化の問題があげられた。

さらには、言動の＜幼さ＞や友達関係のもち方など社会性に関する指導を何度行っても、指導が全く根づかない生徒がいること、問題のある生徒に教師が個別に関われば関わるほど、クラス集団への関わりが手薄になってしまい、今度は残りの生徒たちが欲求不満状態になってしまうといった現状も語られた。そのために学級崩壊の危機にさらされているクラスもあるという。

保健室で見られる生徒たちの＜幼い＞行動には学校全体に生じている問題が凝縮されていると考えた。

こうした問題を検討しあう中で、以下のようなテーマが明らかになった。

ア　社会的能力を育む指導が生徒の心に届くためには、＜幼さ＞の背景をより深く理解する必要がある。
イ　個々の生徒の問題への支援と同時に、生徒の所属する学級集団や学年など集団の質の向上にも役立つような指導方法を探りたい。

③ 研究目的

本研究では、生徒の社会的能力を高め、自立的に生きる力を育成するために、学校教育で実践可能な精神的健康を高める様々な試みを検証する。

2　研究仮説

① 理論的背景

研究仮説を菅野の「『心の土台』づくり」に基づいて立てることにした。菅野は子どもへの指導や支援が根づくためには、「心の土台」がしっかりと形成されていることが不可欠であるとした。「心の土台」とは (1)＜人間の良さ＞体験（基本的信頼）、(2) 心のエネルギー、(3) 社会的能力、の３つの層からなる。

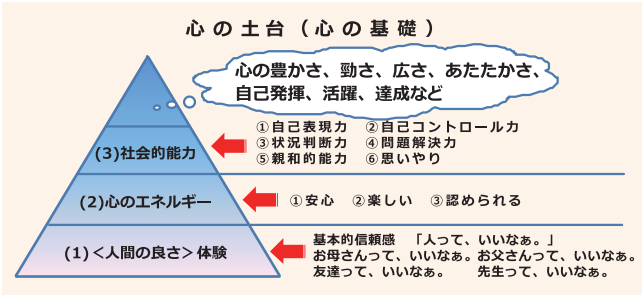


図１「心の土台」モデル

今回は、藤枝市立藤枝中学校の増田みちよ先生が公益財団法人日本教育公務員弘済会静岡支部主催の「静岡教弘教育研究実践論文」に応募し見事優秀賞を受賞した論文を掲載します。

(1)<人間の良さ>体験とは、「人っていいものだ」という体験を積むことによって形成される基本的信頼感である。(2) 心のエネルギーとは、意欲の素、元気の素となるものである。「安心できる」「楽しい」「認められる」といった体験により心の内側がエネルギーで充足されることである。(3) 社会的能力は「心の土台」の最上部にあり、社会の中で認められる形で自己発揮し自立的生活を営むために必要な能力で、「自己表現力」「自己コントロール力」「状況判断力」「問題解決力」「親和的能力」「思いやり力」の６要素からなる。

ここで大切なのは、社会的能力が身につくためには、<人間の良さ>体験をたくさん積み上げ、心のエネルギーが十分に満たされることが不可欠である、という点である。

②研究仮説

仮説１　教師が表面的な問題行動にとらわれずに、その背景にある<人間の良さ>体験と心のエネルギーの充足状態を踏まえた指導をすれば、より効率的指導が可能となるだろう。

仮説２　生徒が自覚的かつ客観的に自らの「心の土台」を把握できるならば、自らの「心の土台」の不足分を補ったり偏りを修正しやすくなり、精神的成長が促進されるだろう。また自立的活動や創意工夫が増え、様々な実践活動を通して生徒の社会的能力はより定着するだろう。

3　研究期間：平成 24 年度～ 26 年度

4　実践内容

①保健室からの発信

平成 24 年６月、「『心の土台』づくりを推進する健康教育」について職員会議で趣旨を説明し、全職員の理解を得て取り組みを開始した。

ア　KJQ（「心のエネルギー・社会的能力」評価尺度）調査を全校で実施した

KJQ 調査は子どもの行動の背景に存在する親・家族や教師、級友などへ抱いている気持ちをはじめ、自分自身をどのように理解しているかなどが明らかになる調査である。生徒の「そうならざるを得なかった」気持ちを理解することで、生徒は「先生にはわかってもらえた」と感じ、教師の指導内容をより受け入れやすくなるのではないか。

一方、生徒が心豊かに成長するためには教師による支援・指導ばかりではなく、生徒自らの精神的発達への自覚と自己成長への取り組みが欠かせない。KJQ 調査では、生徒が自らの心のエネルギーの充足状態と社会的能力の獲得状態を知ることで、「心の土台」の構築状況を客観的に知り自己理解を深めることができる。さらにワークブックで自分に不足している特性を身につける方法も学ぶ。

イ　学年ごとにKJQ調査結果に基づいて事例検討する生徒理解研修会の企画・立案および講師の招請を行った

時　期	活　動　内　容	対　象	目　的
４月上旬	健康教育基本方針案	教職員	健康教育の方針
６月	KJQ 調査１回目実施	全学年生徒	自分と向き合う
７月	KJQ 生徒理解研修会（１年部）	１年部職員と管理職等	集団の質と個の理解、指導方法等
	教育相談で結果返却	全学年生徒	“よさ” を認める
	全校健康アンケート	全学年生徒	健康課題の推移
10 月	KJQ 生徒理解研修会（２年部）	２年部職員と管理職等	集団の質と個の理解、指導方法等
11 月	KJQ 生徒理解研修会（３年部）	３年部職員と管理職等	集団の質と個の理解、指導方法等
	藤枝中学校保健委員会（２部で編成）	全校生徒、全職員＋組織	「心の土台」づくりに向けて
12 月	KJQ 調査２回目実施	全学年生徒	自分と向き合う
	教育相談で結果返却	全学年生徒	“変化” を考える
後期生徒会	日常生活に活かす	獲得した社会的能力を意識し、活動に活かす	

表１　保健室からの発信（平成 25 年度の実践計画）

ウ　中学校区の小学校３校と連携しての小・中９年間を見据えた生徒理解研修会の企画・立案および講師の招請を行った

講師としてKJQ調査を開発した早稲田大学菅野純氏を招き、学年ごとに計３回、KJQ生徒理解研修会を行った。事例検討で教師による観察とKJQ調査結果の双方から生徒像を浮き彫りにして生徒の行動の背景を見つめ、これからの指導について参会者全員で考えた。またクラス集団がどのような生徒から構成されているのかを質的に把握しながら、個と集団指導の両立の方法を検討した。各研修会には校区の小学校の養護教諭も参加し、小・中９年間の発達過程を踏まえた生徒理解となった。

検討事例の経過　1） クラスの中で多くの友達に頼りにされているＡさん。1 年生６月の KJQ 調査では、日常の観察とは違う「息切れタイプ群」だった。クラス担任や学年主任、養護教諭らで調査結果を基にＡさんと面談。その後、KJQ 生徒理解研修で問題を共有し、保護者との面談で成育歴を確認した。家庭でも学校でも「自分が周りを支えなければ…」と、心のエネルギーが枯渇状態だった。学年部教師はＡさんへの声掛けを多くして、気持に寄り添うように努めた。その甲斐あって２回目の KJQ 調査では、「意欲タイプ群」になるなど顕著な変化を見ることができ、進級後も継続している。

検討事例の経過　2） 学年のリーダーとして明るく活躍していたＢさんの KJQ 結果が「内向タイプ群」だった。日常の観察では気づきにくいあらわれを調査によってとらえたことで、学年部職員は日常の声掛けを多くして本人を支えたが、原因はわからなかった。小学校の養護教諭の参加のもとに行った KJQ 生徒理解研修でＢさんのデータを基に分析したところ、幼少の頃の家庭での出来事が起因していることがわかった。参加者全員がデータや判明したことを踏まえて関わっていくことで、孤独感や不安感をもちながらも耐えて頑張っていたＢさんの心のケアにもつながった。

② 藤枝中学校保健委員会からの発信

ア　藤中生の“よさ”と課題を明確にする「藤中生の健康問題を考える会」を実施した

イ　生徒・保護者・地域住民・教職員が一堂に会して藤中生の「心の土台」についてグループディスカッションを行った

グループディスカッションでは“地域の応援団”ともいえる住民の方々からも率直な意見が述べられ、「藤中での実践活動を広く学校外（地域）でも発揮してほしい」などの指摘もあった。学校内だけの社会的能力の発揮だけでなく、地域での能力発揮という新たな課題を考える機会となった。

藤枝中学校保健委員会では、保健専門委員によって「心の土台づくり」の大切さを説明し好評を博した。

写真１　「心の土台」づくりの説明

写真２　生徒・教職員・地域の方々のグループディスカッション

今日の藤枝中学校保健委員会で早稲田大学の菅野先生から、中学生時代は「心の土台づくり」の時期という話を聞いて、なるほどと思った。確かに小学生時代よりも社会的責任は重くなるし、大人から任せられることも多くなった。しかし、自分は本当に年齢相応の「心の土台」が育っているのだろうか !? と、心配になった。9 月にやった KJQ の結果、僕は「状況を正しく判断する」ということが一番苦手だったから、場の空気を読む努力をしていく…略…　【3 年生　男子】
うまくいかないと感じることが増えてきたり、不安定になったりする中学時代にピッタリの内容だと思いました。「心の土台」を意識して成長していくと、これからより人生が豊かになるでしょう。このような取り組みに出会える藤中生徒は幸せです！　【保護者】
初めて藤中の学校保健委員会に参加しましたが、保健委員による取り組みや問題提起が素晴らしく、講師の先生のお話へとよくつながってわかりやすいものになっていました。学校の取り組み活動が、さらに地域に開かれたものになることを望みます。　【地域の代表者】

表２　藤枝中学校保健委員会のアンケート（抜粋）

③ 保健専門委員会からの発信

ア　「トイレクリーンアップキャンペーン」「ピアサポート活動」など様々な校内実践を通して全校に向けて発信した

活動目標「藤中生の健康づくりをサポートしようー『心の土台づくり』の推進をしていこうー」を活動目標にし、保健専門委員会で何ができるかを話し合い、全校に向けて「互いに心のエネルギーを与えあうこと」「自分なりの社会的役割を果たすこと」「自立的に自分の心と体を大事にすること」などを発信した。

写真３　トイレのクリーンアップキャンペーン

写真４　クラスのピアサポート報告（掲示物）

こうした保健専門委員会の実践活動は全校生徒の社会的成長に少なからず影響を与え、全校生徒参加の学校保健委員会の開催や「心の土台」づくりの活動としてつながった。平成 25 年度後期専門委員会 41 名中 36 名（88%）の生徒が「自分の学級で活き活きと活動することができた」という振り返りをした。

現在、このように藤中生へ「心の土台」づくりに働きかける活動を発信しているのは保健専門委員会だけではない。生徒会を中心にして展開されている縦割りの「ピアサポート活動」や、校内をあたたかな雰囲気にする「ありがとうカード」によるメッセージ活動、“いじめを許さない！”という意思を形で表す「100万人の行動宣言」への参加など、様々な生徒会活動が藤中生の「心の土台」づくりに影響を与え社会的能力を育むようにと広がっているのである。

5　研究の成果と課題

① 取り組みの成果

はじめは保健室での生徒の行動への違和感から発信したことが、校内の教職員の共感と協力を得ることで、全校挙げての取り組みとなった。

生徒の＜幼さ＞の背景にある未学習や発達過程を、一人ひとりの教師がより深く理解し、「心の土台」づくりの一環として生徒に心のエネルギーを与えながら指導することで、指導が実る実感を多くの教師が持つことができた。また生徒が自分の「心の土台」を客観的に把握することで、より社会的存在としての自分を自覚し、自分たちで創意工夫して様々な活動を行い、それらの実践を通して＜幼さ＞から脱皮し成長する姿を見ることができた。さらにこうした活動を保護者や地域住民にも紹介し、地域ぐるみの健康教育の実現になることができた。

ア　経年的数値の向上が見られた（24 年度⇒25 年度：5 段階評価）

1 年生 ⇒ 2 年生

項目＼年度	平成 24 年	平成 25 年
心のエネルギー	2．87	3．39
社会的能力	3．36	3．47

2 年生 ⇒ 3 年生

項目＼年度	平成 24 年	平成 25 年
心のエネルギー	3．19	3．42
社会的能力	3．29	3．63

表３　KJQ 調査による心のエネルギーと社会的能力の経年変化

イ　生徒たちの社会的行動・自立的行動・対人認知などに向上が見られた（25 年度実施のアンケート結果）

- 「仲間との関わりを大切にする生徒」83%
- 「元気よく挨拶できる生徒」79%
- 「清掃にしっかり取り組んでいる生徒」93%
- 「課題に対して自分なりに考え追求する生徒」77%
- 「友達の良さを感じている生徒」98%

ウ　教師から見た生徒の行動に、好ましい変容が見られた

- 生徒同士の会話の中にあたたかく思いやりのある言葉が増えてきた
- 生徒同士が助け合ったり、注意しあったりする場面を多く見かけるようになった
- 生徒の主体的な活動が、校内の様々な場所で見られるようになってきた
- 生徒会を中心に毎月「生徒会通信」が自主的につくられ、学校における生徒の活動の様子が学区全体に発信されるようになった
- 生徒自身が日常的に『僕は○○君からエネルギーをもらった』『私は自己表現力がまだ足りない』などと語るようになり、自分の精神的成長に自覚的になった

② 今後の課題

研究にまつわる健康教育実践によって＜幼さ＞からの脱皮という目的は一定の成果が見られ、学校教育における社会的能力の育成の可能性が示された、と考える。

平成 26 年度には校区の小学校 3 校の 6 年生全員が「心の土台」についての講話を聴き、小学生版 KJQ 調査を実施した。今後、小・中 9 年間の心の成長を見据えた健康教育をさらに追求していきたい。

BOOK GUIDE

研究会のメンバーが学校の先生や生徒におススメしたい本を紹介するコーナーです。今回は山口孔丹子先生（四国学院大学准教授）が紹介します。

児童精神科医田中哲先生の著作をご紹介いたします。本書には、発達障害の子どもたちがどのような発達バランスをもっているか、発達障害の子どもたちに対する支援はどのような視点からなされるべきかが詳しく記されています。発達支援では、彼らができないことである「待てない」「理解できない」「人の気持ちが読めない」などの部分に注目するのではない。彼らを伸ばすときに注目しなければいけないのは、むしろその子たちができること、もっている力のほうであると書かれています。

著者は、『子どもの心を見ることのできる大人へ』の項で、「大人たちが学習すべきことは、じつにたくさんあります。まず、私たちが学ばないと子どもたちにポジティブな視線を注ぐことができません。」と述べています。

子どもたちを通して、私自身が学び成長させていただいているのだと認識を新たにしました。ご一読をおすすめいたします。

発達障害とその子「らしさ」
児童精神科医が
出会った子どもたち

田中哲著
いのちのことば社刊
定価　1,296 円（税込）
2013 年 3 月発行

私の being

リレーエッセイ 第 6 回

「こころのエネルギー」を補給する要素として「楽しい体験」がありますが、その一つとして「目的的に何もしない」、つまり「being（ただ、いること）」はとても大事です。人は日頃「doing（何かをすること）」から成り立っていますが、それ以外の一見無駄に見える時間も、実は必要なものなのです。このコーナーでは、研究会のメンバーが日頃どのように「何もしないで」こころのエネルギーを注ぎ足してしているのか、紹介してもらいます。第 6 回は、リタイア後「晴耕雨読」を楽しんでいる原口和博先生です。

勤めているときは何をするにしても、結果を求められる仕事に「やりがい」「充実感」など感じていました。天気や気分で過ごすことは怠けに見られ、休むことに罪悪感をもち「何かしてないと…」という強迫観念に苛まれることもありました。休みが必要なことはわかっていても多忙な日常ではつい無理をして doing の世界に戻ってしまう日々でした。

リタイアして縛られることが少なくなりましたが、何となく過ごす場が増えてくると時間をもてあますだけでなく、エネルギーが蒸発していくように感じます。やはり doing があって being も生きてくるのでしょう。そこで現職中はあまり関心をもたなかった自治会活動に積極的に参加するようにしました。毎日活動があるわけではありませんが、晴れた日は毎朝地域の散策（パトロール）をしてから庭いじりを…、雨が降れば家でのんびり読書を…、今どちらも楽しみです。何事も「過ぎる」のはよくないようです。

慌ただしい日々の中、子どもたちと小さな鉢植えなど育てて being を楽しんでみてはいかがでしょう。

編集後記

先生方のご指導があってこその『KJQマトリックス』です。今回のリサーチは増田先生の実践研究をメインに構成いたしました。やりっぱなしの調査こそ、もったいないものはありません。生徒への地道な事後サポートあるのみ。

（事務局　蓑地）

第 7 号は 2016 年 2 月発行予定です。