

特 集

第 22 回リカレント教育講座シンポジウム抄録

『心の教育』を考える

—教師のメンタルヘルス—

(2018. 8. 19 於：京都大学百周年時計台記念館)

シンポジスト：徳田仁子（京都光華女子大学健康科学部心理学科教授）

「ライフコースから見た教師のメンタルヘルス

—居がいい・やりがいい・生きがいい」

北口雄一（北口分析プラクシス/京都府スクールカウンセラー）

「自信とはなぜ儚いのか、ユング派の立場から、どう掴めるのか？」

挨拶：岡野憲一郎（京都大学大学院教育学研究科附属臨床教育実践研究センター長）

司 会：松下 姫歌（京都大学教育学研究科准教授）

<挨拶> 岡野憲一郎 臨床教育実践研究センター長

皆さん、おはようございます。遠いところを、わざわざおいでいただきましてありがとうございます。関東エリアという方はいらっしゃると思いますが、だいたい関西エリアからでしょうか。私はここでこうやってご挨拶をするのが…5 度目と言いたいのですけれども、実は 4 度目で、それは 2014 年に台風が来て中止になったことがありました。そのときの時のことを覚えていらっしゃる方はいらっしゃるかどうかわかりませんが。それ以外は、毎年すごくいい天気ですね。リカレント教育講座が 22 回ですので、臨床教育実践研究センターが設立されてから、もう 22 年経っているということになります。「心の教育を考える」というテーマは一貫しています。今年は「教師のメンタルヘルス」。我々は生徒さん、クライアントさんのメンタルヘルスを主として扱っています。今回は教員のメンタルヘルスについてです。教員のメンタルヘルスを考えなくてはいけないであろう、そういう機会があってもいいだろうと、この企画を致しました。心理士さんや臨床心理士の、メンタルヘルス、公認心理師のメンタルヘルスに、そのうちなっていくと思います。そういえば、公認心理師試験、皆さんの中で、ギクッときていらっしゃる方もいらっしゃるかもしれませんが、9 月にあるそうです。かなり難しい試験になるようで、というのは嘘でして、皆さんきっと合格なさるってことと思っております。教師のメンタルヘルス、心理士のメンタルヘルスも含めて。ケアをする側のメンタルヘルスに関して非常に活発な討議ができる

と思います。

お二人の討論の先生方に討論をいただきます。徳田先生と北口先生。どうぞよろしくお願い致します。今日は、ちょっと長丁場になりますけども、皆さんこの中で、熱中症で倒れることのないように、よろしくお願いします。今日が学びと刺激になるような一日になることを願っております。では、これで挨拶に代えさせていただきます。

松下：はい、岡野先生ありがとうございました。それでは、さっそくですが、本日のタイムテーブルについてお伝えしたいと思います。午前の部は、「教師のメンタルヘルス」をテーマにシンポジウムを行います。午後の部は、教育現場等における事例の検討を開催いたします。分科会形式での事例研究を行います。そのあと再びこちらにお集まりいただいて、全体会を行いまして閉会でございます。アンケートで、これまでお寄せいただいたご意見を基にして、リカレント教育講座をよりよい学びの機会となるよう検討を重ねております。

今年度は、シンポジウムに2名の先生をお招きいたしました。これまで3名お招きすることが多かったですが、もう少しじっくりとお話を聞きたいというようなご意見が多数ございましたので、じっくりとお話を聞いていただけるようリニューアルいたしました。また、昨年度から事例研究に一層時間を割く形に改めました。全体会では一日の振り返りをかねるとともに、分科会の議論のシェアを行いたいと思います。ただし事例そのものをシェアするというよりも、事例検討によって浮かび上がってきた大切な論点、問題とポイントとなるところをシェアできればと考えております。長丁場になりますけれども、よろしくお願いいたします。

それでは午前の部のシンポジウム、「教師のメンタルヘルス」を始めさせていただきたいと思います。講師の先生方をご登壇いただく順に紹介させていただきます。京都光華女子大学健康科学部心理学科教授、臨床心理士の徳田仁子先生でいらっしゃいます。もうお一方は、北口分析プラクシス、京都府スクールカウンセラー、臨床心理士の北口雄一先生です。それでは、これから先生方に45分ずつお話いただき、少し休憩を挟んで、全体での質疑応答と討論を行うという形で参りたいと思います。

それでは、徳田仁子先生に「ライフコースから見た教師のメンタルヘルス—居がい、やりがい、生きがい—」というタイトルでお話いただきます。簡単ではございますが、徳田先生のご紹介をさせていただきます。徳田仁子先生は、本学京都大学大学院教育学研究科のご出身でいらっしゃいます。札幌市や京都市において、長年スクールカウンセラーとして臨床実践活動を重ねてこられた、この領域におけるご経験の大変豊富な先生でいらっしゃいます。現在は京都光華女子大学の教授として、臨床心理士の養成指定大学院における教育訓練と研究に長く携わっておられます。特に学校教育分野の心理臨床に大変造詣が深くていらっしゃいました、なかでもスクールカウンセリングにおいて子どもを中心とした描画法と遊戯療法、および保護者面接を、教師のコンサルテーションを共に行う統合的なアプローチを精力的に実践と研究をなさっておられます。主な著書、論文としては『事例に学ぶスクールカウンセリングの実際』（創元社、2007年）、『スクールカウンセリングにおける統合的アプローチ-心理的援助と学校教育の副作用-』など多数ご発

表なされていて、大変ご活躍の先生でいらっしゃいます。それでは、徳田先生よろしくお願ひいたします。

＜シンポジスト1＞ 徳田仁子（京都光華女子大学健康科学部心理学科教授）

「ライフコースから見た教師のメンタルヘルス－居がい・やりがい・生きがい」

【はじめに】

おはようございます。皆さん朝早くから集まっていたいて、お話しする機会を作っていただきましたこと本当に感謝しています。ありがとうございます。「教師のメンタルヘルス」というお題をいただいたときに、個人的なメンタルヘルスのことにいくのか、それとも教職という、教師に必然的に付随するメンタルヘルスということを考えていくのか、最初ちょっと迷いまして。で、中学校の先生に、相談したりしながら(笑)、どっちも大切であるということで、一番初めは教職、教師という職業にそなえついたメンタルヘルスということを考えていきたいと思います。途中からは、中学校の先生中心にインタビューをしております、教師のライフコースとして、教職についたきっかけと、自分の今までを少し振り返っていただくような、そういう面接をしておりますので、その結果についても少しお話ししたいと思います。

【教師の苦悩】

私が病院の心理士をしていました時に高校の若手の先生が相談に来られました。この高校の若手の先生は、指導困難校におられました。高校卒業したらだいたい地元で就職するという人が多い所です。子供たちは、あんまり勉強しようっていう感じではなくて、他に行くところないから学校来ることもあるようでした。その教育困難校の社会の先生の悩みは、社会の歴史は好きとかいう子はいのですが、地理となると、「いや俺この辺のことがわかればいいから」みたいな子たちで、他のことに関心がないのです。それで先生が授業始めますと、後ろの方でトランプを始める、時折ギャーギャー騒ぐので、先生が「静かにしろ」とかいうと一瞬は静かになるが、まだやっている。そういう教育困難校に働いておられる30代の若手の方で、教職に入って五年目くらいの先生です。他の先生からのアドバイスも聞いて、もうこんなもんやと思ってやっていくところはあると。生徒たちの態度に、いちいち怒っても仕方がないので、これだけは覚えておいてね、というところを強調している。ところが、やはり月曜日が辛い。土日休んだあと、月曜日学校に行くのが辛いとおっしゃっている。で、何が辛いかというと、「なんでこんな難しいこと俺たちが覚えなきゃいけない」とか「なんでこんなことを俺たちがやらなきゃいけないのだ」という風に聞かれるのが怖い。実際にはそういう風に聞かれたことはありませんけど、そういう風に聞かれたらどう答えたらよいのか分からず怖い。つまり自分が教師として、何を教えるのか。なぜ教えるのか。何を教えるのかというよりは、なぜ教えるのかという根本をその子たちに問われることが怖いとおっしゃる。1ヶ月に一度お話をお聞きしました。7ヶ月くらいして、校務分掌で生徒会の子たちと一緒に文化祭を成功させて他の先生たちからも非常に信頼を得て自信を取り戻していかれました。私はこの先生が生徒たちに教育の原点、「なぜ教えるのか」ということを問われている」と最初にお話

になったときに、この先生にとって本気で取り組まないといけない課題だと思いました。

そのあと、1997 年、平成 9 年からスクールカウンセラーとして私は中学校に入り始めました。スクールカウンセラーそのものは 1995 年、平成 7 年から各都道府県三人ずつということで始まりました。私は自分ひとりで何かをするよりは、教師の持ち味、学校の先生の持ち味をどうやって活かすか。特に不登校、学校に来られない生徒を援助することをずっとしてきています。だいたい 25 年くらい中学校、高校に 3 年間おりました。主に中学校高校の不登校の生徒に対して、特に担任の先生と一緒に関わるということをずっとやってきました。

【スクールリーダーとしての教師】

看護師さんの研究から始まった対人援助者のバーンアウト研究は非常にたくさんあります。教師も対人援助職ですが、圧倒的に他と違うと思うことは、授業をやっていかなければならないということです。私も今は 90 人を前にお話していますが、これを毎時間毎時間しないとならないのが学校の先生の授業のスタイルです。対人援助職は、臨床心理士もそうですけど、個別、一対一とか一対 2、3 人だったら、ターゲットはあのへんって決まりやすいですけど、授業のターゲットを決めるっていうのはなかなか難しい。個と集団のバランスが非常に難しい。そのバランスが求められる職業だと思います。だから、対人援助職だけど、ちょっと特殊な対人援助職だと考えておく方がいいだろうと思います。というのは同じ対人援助職でも、集団を率いるリーダー、すなわちスクールリーダーであって、それが教師のステータスだと。集団のリーダーでないと子どもたちに「これは大事だから教えるよ」というふうに言えない。ですからスクールリーダーであるということはすごく大事だと思います。しかしながら教師の持ち味によって、これにも様々なバリエーションがあって。生徒と子供たちとの間で、小学校でも中学校でも高校でも、クラスという独特の雰囲気を作り上げていると思います。教師は教えるプロです。私は、もともととは跳び箱が跳べない子だったのですが、中学校一年生の時に、女性の体育の先生が、跳び箱は絶対跳べるからとおっしゃって、特訓をしてくださった。跳べない子ばかり 4、5 人が放課後集められて、とりあえず跳びなさいと、何本も何本も理屈ぬきで跳びなさいと言われ、何本も跳んだ上で、「あなたの癖はここだからここちょっと気を付けてね」ってちょっとアドバイスしてもらって、また何本も何本も跳んでいく。そのうちたぶん 10 日目くらいですけど、ある日お尻がつかずに、「あら、跳べたわ」となりました。これは、やはりすごい喜びでした。中学校の先生は、やはり教えるのが上手だな。先生の言うことを聞いてその通りにしていたら私にもできたとそんな感じがありました。それから、私は、ますます学校が好きになりました。不登校の子たちの中に学校が嫌いという子もいますが。学校が少しでも好きになって欲しいと思っています。先生たちは教え方のプロだから、「先生のこと信じていたらできるようになる」という気持ちになってもらいたい、そのような気持ちをつないでいきたいと思っています。

【学校という場について】

学校はまず知的な好奇心を引き出す場所だと思います。子どもたちは学び方も非常に上手になっていると思います。そして価値観が非常に多様になってきたからこそ、互いの価値観を高め、尊重し合うためのコミュニケーション能力が今すごく必要になっています。大学でコミュニケーション能力が非常に必要だと学生に話していますと、「先生、私はそれ苦手」「コミュニケーション能力っていわれると、私はどうしていいのか分からない」という子もいます。コミュニケーション能力とは、要するに、同僚関

係、同年輩、あるいは同じクラス、同じ人の中でコミュニケーションを維持すること。そう思いますと、存在感は量ではなく質だと思います。コミュニケーションも量じゃなくて質だろうと思います。これはどういうことかという、例えば、「私こう思うけど、あなたはどうか？」と聞ける能力だと思います。コミュニケーション能力って。細かく小さくしていくと。「私はこう思う。あなたどう？」って聞ける能力ということだし、「そうね、私こう思うよ」って答えられる能力、応答する能力だと思いますね。そういうことが学校の中ですごく必要とされていると思います。学校というところは多様な価値観を尊重しつつ、共存していく場であることが必要です。つまり公的な存在を学ぶのは、今は、学校という場しかないと思います。不登校の子たち、学校に行かなくてもお勉強さえやればいいのか、勉強さえできればと、塾に行く子もたくさんいます。ただ学校が、スポッと抜けてしまいますと、公的な存在、つまりパブリックの精神をどこで学ぶのか、学ばせられるのか、大人たちは考えていかないといけないと思います。そういうことが、教師にとっての教職アイデンティティとか、教職観に実は結びついていくと思います。

【教師のメンタルヘルス】

教職員の病気休職数を図に表したのを見てみましょう。公立学校の先生方、小中高それから専門学校とか特別支援学校とか全部合わせて、だいたい92万人くらいの在籍数があります。92万人のうち7750、これ2016年ですけど、7000人近くが病気休業中で、そのうちの4891人ですからだいたい5000人近い方たちが精神疾患になられます。これは在職者数中の0.5%から0.6%です。これを非常に多いとみて文部科学省は危機感を持って日本の教員たちのメンタルヘルスを考える必要を考え始めたのが、多分2005年くらいからだろうと思います。それまでは2500名程度ですけど、このくらいから伸びてきたのです。2005年06年くらいからが一っと伸びて、精神疾患に罹られる先生方が増えてきたのですが、これは非常に注目すべきことだと思います。

【教師文化の特徴】

個人のメンタルヘルスではなく、教職ということにまつわって、教職の中に、制度的に非常に教職のご苦労があります。久富善久先生は教師と教師文化について研究されておられる先生ですが、まず、教師の数について、1992年度では全就業者人口の1.8%、55人に一人が小中高学校の教師です。久富先生の表現では、「働くものの多数を占めて学校に君臨する」とされ、「尊大症候群の誘惑がある」。学校に君臨するリーダーであると皆を引っ張っていくことで「尊大」すなわち自分は偉いという風に思ってしまうということです。次の特徴は教師の人間関係的な狭さについてです。教員同士で結婚される先生方は多いです、居酒屋に行きますと、教師集団がいるとすぐわかりますよね。声がおっきい。私もその中の一人ですのであまり人の事言えないですけど(笑)、教師がしゃべっているのはだいたいわかりますね、あ、先生方の群だなど。だから、期待に包囲され、気ままな批判にもさらされている。教員の教職観は在職年数によっても変わってきているということで、四分割で研究しておられますが、教職の苦労が多い方と少ない方、教職のアイデンティティを見出している方と見失っている方で分けると4分割になると。教職のアイデンティティを見失いながら、この教職の労苦の多いところがすごく目立つのが「忍従型」。教職のアイデンティティを見出していくのが「献身型」としますと、教職をスタートして最初4年以下の方は献身型。そのうち、5年目から9年目くらいは忍従型。それからだんだんと「こなし型」として教職の苦労にだんだん慣れてこなししていくと。それが過剰になると「投げやり型」となるという

ことですが、実際に「なげやり型」になれる方はそんなに多くないというように思います。だいたいこの献身型から忍従型に行って、こなし型としてずっと過ごしておられる方が多いのではないかとされています。

【教師文化の構造】

他方、佐藤学先生は、教職文化の構造として「再帰性」と「不確実性」と「無境界性」の三つを挙げられています。まず、「再帰性」とは、教えるということは「ブーメラン」のように、自らが教えたことが子どもたちから帰ってくる。また同僚からの助言が教職の成長の契機となる。色々な意味で「再帰性」という特徴、帰ってくる特色がある。それから、「不確実性」、教育の理論と技術の実践は現場によって異なっている。この中学校で OK だったことが次の中学に行くと全然ダメってこともありますよね。なので、あとでもお話しますが、教師のメンタルヘルスで、**だいたい教職で休職に入られる方は、**転勤を機にして、ちょっとがたがたと崩れることがあります、転勤を契機に自分の仕事に自信がなくなったりと言われる方も多かった。つまり教職には何が良い教育なのか評価できる安定した基準、システムがない。教育の結果は目に見えず言語化も困難です。その一方、この教育の結果が目に見えないこと、あるいは数値化されないところをすごく魅力に感じて、転職して教師になられたという方もおられます。インタビューするとすごく語ってくださって、前の仕事もすごいやりがいがあったけど、数値目標を常に求められたと。数値目標がない教師の世界ではすごく自由だと思うというふうに語っておられました。もう一つは「無境界性」。職域と責任の無制限な拡大と同時に専門性の空洞化を招いている。恒常的な多忙がある、神経を摩耗させるような疲労とストレスが非常に高い。今働き方改革でね、この四月から先生方が学校に遅くまで残ってはいけない、早く帰らないといけなくなりました。SC として勤務している学校では「今日は早く帰りなさい」という教頭先生の号令で皆早く帰る日が決まっています。結局、残った仕事は家でしないといけなようです。責任が無制限に拡大している。「公共的使命」、教育に対する意識に浸透した「私事化」。さきほど塾の話をしました。私事化社会の中では、たとえば自分は勉強さえすればいい、私事化のもとで「公共的使命」がだんだん衰退化していく。それによって教職生活がシャドウ・ワークへと転落する、と佐藤先生は言っておられます。つまりこの四分割でいきますと、官僚化と民主化、専門職化と脱専門職化ということでいいますと、佐藤先生がおすすめされているのは反省的实践家になるということです。民主的であり、かつ専門的であると。専門的な実践家でなければいけないとおっしゃっている。それに技術的熟達者でもありますね。つまり専門的なことをいかにわかりやすく教えるかっていうのも、これは専門職化でもあると。

私事化社会の現象の一つの例として、最近不登校の子のお母さんと面接していて、家にテレビがないっていうか、テレビほとんどつけないというお母さんたくさんいらっしゃいます。不登校の子について「家で何していますか」ということを聞くと、だいたいゲーム、インターネットしています。テレビはどうですか？という「テレビはつけていません」という家庭もあります。テレビでニュースが流れると社会の様々な状況がわかるのですが、インターネットでしたら基本的にこちらから取りに行かないと情報が得られない。つまり情報を取りに行く主体がしっかりしてないと必要な情報は取れなくなる。そして不特定多数の情報が入ってこない。情報まで私事化してしまうと、公共、パブリックということがなくなってしまうだろうと危惧しています。

【バーンアウトについて】

バーンアウトとは、Freudenberger が提唱した概念で、一定の目的や生き方に対して献身的に努力している人ほど燃え尽きやすいことを見出しました。努力したけども、期待された報酬が得られない時、この報酬とはいろんな意味があつて、お金もそうだけでも、人からのリスペクトとか、「いいね」とかそういう承認が得られない時、人は非常に疲労感を感じるし、欲求不満を感じます。対人援助職としては、専門職としての専門性を果たせなくなる現象だということで、Maslach&Jackson は、長期間にわたり人を援助する過程で心的エネルギーが絶えず過剰に要求された結果、極度の心身の疲労と感情の枯渇を主とする症候群であるとしています。これは看護職のモデルにぴったりだと思います。命に係わることを毎日毎日やらなきゃいけないということで強い消耗感を感じることになる。情緒的消耗感や脱人格化が強まり、個人的達成感が後退してしまう現象と言われています。中島一憲先生という精神科医は、教師は特にバーンアウトを生じやすい職業の典型であるとおっしゃっています。確かに、これだけの多忙感。それで見返りといいますか、好きな言葉ではないですけど、費用対効果、自分がしたことに見合った評価がされるかといいますと、教職はそういう意味では見合わないことが多いと思います。特殊性がありますし、個人的な要因もありますし、対人援助職とそれをしやすい性格特性もある。佐藤学先生の「再帰性」「不確実性」「無境界性」という特徴の他、伊藤美奈子さんという臨床心理士の方が、「成果の不透明性」を挙げられています。成果が不透明であると。個人的な要因、教師の経験年数と関係すると私も思います。だいたい 10 年、これ臨床心理士の職業観とも重なってきます。やはり 10 年くらいたつてくると「こなし感」が出てくるかなと思います。情熱的な経験年数の浅い教師は多様な問題に直面してストレスが高い。だいたい 10 年までには危機に直面すること。対人援助職と性格特性、「ひたむきで自己関与の高い人」「利他的な奉仕精神」「理想に燃え使命感に溢れた人を襲う病気だ」と。タイプ A 特性、精力的・攻撃的、で神経質的な特性もあつてつまり自分の信念ややり方に固執している、自己抑制的な特性もある。自己開示を避けて集団維持に重きを置く性格特性。まあ非常に日本的。これ自分にもあてはまるなと思う方たくさんおられると思います。しかし、情熱もないと、子どもたちに関わるっていうあのしんどい仕事はできない。ここをどうやってうまくバランスを取っていくかということが鍵なんじゃないかなと思います。

【教師の発達と力量の形成】

山田準二先生が『教師の発達と力量形成』でまとめておられることに「教師のライフコース」という考え方があります。この先生の考え方はおもしろくて、対象者層、つまり同時代に生きた人たちが共有しているイメージ、教職に入るときにも共有したイメージがあるだろうとのことで、5 年に一回、静岡大学の教育学部出身者の卒業生の方の動向調査をずっとされておられます。2004 年度に 50 代 60 代だった人は入職、つまり仕事についたのが 1945 年から 1964 年です。この時期というのは戦後復興期で、高度成長期でした。教職の情報源は『二十四の瞳』でした。この時代は、大学に進学する人たちもまだ少なく、豊富な知識とか誇りとか情熱とか誠実さと若さとか、学校の先生にまつわるイメージですごく素晴らしい職業だと思われていた時代です。一方、1965 年から 1979 年ぐらいに教職に入られた方、主なことは学園紛争の世代。この時代は高度成長期から低成長期に移る時代。現代化と能力主義が非常に出てきた時代でしたが、ものすごく闘争がありました。学習指導要領の改訂があり、現代化の一方で

主任制度化が起こったりしました。77年にはまたゆとりっていうのが大事だと言われて、ゆとりを全面に出すなど、非常に揺れ動いた時代なんじゃないかなって思います。この時代は『二十四の瞳』ともう一つ石川の『人間の壁』がその時代の教師の卵を惹きつけた。この時代は、**小学校教師は心を理解すること求められた時代**です。授業の創意工夫とか情熱が生きていた時代。で、この時代を経て次の時代、共通一次試験世代、この時代の先生が、学校の校長先生、重鎮になっておられると思います。低成長期、バブルとその崩壊を知った時代。暴力・いじめ問題が自分の中学校や小学校時代に起こった先生たち。管理と停滞が非常に目まぐるしかった。その時代、1980年くらい、尾鷲中学で以上に荒れが問題になりますし、鹿川君のいじめ自殺事件もこの時代に起こりました。1985年、進学は飽和期になっていきまして、高校進学率が90年代95%になりましたし、85年代は男女逆転して女性の進学率が高くなる。この時期に皆さんが共有したのが、3年B組金八先生。小学校の80%以上が未知な交流を先生に求める。中学校は専門的な知識を求める。非常に情熱を感じる時代です。その次の時代は、2004年に20歳代ですから、15年経っていますので今35歳くらいの方たちですかね。バブル崩壊後の長引く不況を経ている人達。不登校もピークになりましたし、少年事件も非常に起こった時代。不登校が過去最高記録に、学力低下論で、ゆとりはだめとなり、学力を向上させなければならないと言われ、全国学力テストがスタートしました。その一方で学校は完全に5日制になっていきます。**少子化問題もありますし、1.29ショック**もあったりして、高校進学率は98%ということです。この時代を共有している人たちの教職観は灰谷健次郎先生の『うさぎの目』。これ第11で終わっていますけど、第12っていうのが今の20代後半くらいの先生方を形作っています。20代後半の先生方はだいたいこの10、11の教員採用減少世代の反動、教員採用が異常に活発にされています。今中学校に行きますとだいたい20代の先生が非常に多い。半分くらい20代の先生で、あと40代が少しと、あとは50代。30代後半がいないという学校も増えています。なので、20代の先生方非常に多い。20代の先生方が共有されているモデルっていうのは、ある先生方は『ごくせん』の仲間由紀恵さんが挙げられたり、『GTO』を挙げられたり、まあ色々です。だから非常に多様化していることがわかると思います。こういうふうに個人的なこともありますけど、ある一定の年代を共有した**年代観に着目することも大事**と思います。

【教師のライフサイクル】

教師のライフサイクルを考えてみましょう。教職に入ってほしい1年目から3年目くらいまでは生き残れるかなと心配になる先生がいる一方、グンと成長される先生もいます。その後、ちょっと安定期に入られまして、さっきのこなし型になります。7年目から8年目くらいになりますと、ちょっと新しいこともやってみたいという感じで、実験とかあるいは自分の教職観の再吟味というか、再評価することが入ってきます。自分のこれまでの反省とかそういうことが盛んにおこなわれる時期で。その後、入職後18年19年くらいになってきますと平穩になって相対的な距離を置かれますし、ちょっとある意味保守的になられた末に、退職して行かれる、これが安らかな道筋です。

ある教職歴37年の音楽教師の先生を例にして、一つの長きにわたる教職のライフコースを追ってみたいと思います。最初の1年目から6年目までは先輩教師が見守ってくれた。指導の取入れ、理想的な指導との出会いがあった。この1年目から6年目の間に素晴らしい先生、先輩としての先生に出会えるかどうかというのは非常に大きいなことと思います。7年目から16年目まで、授業が非常に充実してい

って、30代になられまして再会とか助言とか教育理念の再吟味がありまして、展望として夢も見られていたが、40代後半くらいからちょっと停滞されたというのです。理念との齟齬があって停滞していた頃に、ちょうど問題生徒、学校の中で非常に荒れている子を自分のクラスで受け入れるかどうかという話がでて、この方は受け入れたのですが、そのおかげで教師集団と非常に不和になっていき、ここは難しかった時期だとおっしゃっていましたが、そこからまた再出発されていって安定されていった。この先生の特徴としては、もう一つ、家庭生活があるのですね。ご結婚されて出産されて、停滞されていた時期に2人目でまた育児休暇を取られたりしてしまっていて。また帰ってきた時期に問題生徒を受け入れるかどうかの話があったようです。転勤されたのは、旦那さんが管理職になったという理由でした。この時に、地域でクラブを創設されました。合唱では保護者の信頼を非常に得ておられて、昔の卒業生の保護者が中心になってクラブを創設されて、そういう時自分だけではなくて、教師集団や管理職の支えがあったのでなんとかなったという成り行きをお話してくださいました。この先生のライフサイクルはひとつのモデルとしたいなと思います。この先生は音楽っていう専門の科目が地域活動にも密接に結びついていたというところが良いなあとと思います。

【ライフコースインタビューより】

まず、副題にあげました、「居がい、やりがい、生きがい」という三つを考えてみたいと思います。先生方は何をやるかつまり「やりがい」をどう考えておられるのでしょうか。あとでお話するライフコースにおきましても、先生の達成感、すなわちこれをやったという「やりがい」もあるけれども、各学校にはその先生の「居がい」といいますか、その先生が居るだけでほっとするという、そういう空間も欲しいなと思います。例えば職員室を開けたときに、その先生がぼっといって。別に忙しそうにもしてなくて、何となくぼっという、そういうことがあるからこそ同僚の先生方はほっとできるし、子どもたちも「失礼します」って言って入って行って、ちょっとほっとする。そういう「居がい」というのを注目してもいいと思っています。バーンアウト尺度は達成感と消耗感と、達成因子と消耗因子の二つがある。バーンアウトしていく先生は達成因子も高いからこそ消耗因子も高くなるだろう、達成因子が最初からそこそこで、このくらいしていればいいという先生はあんまり高くもならないだろうという仮説を立てました。年齢の高い群と低い群に分けて、高い群は平均50歳くらい、低い群は30歳くらいです。すると年齢にかかわらず達成因子はだいたい同じくらいです。消耗因子は高年齢の先生方は低い、低年齢の先生方は高い。だから高年齢になれば消耗因子が低くなる、つまり消耗するようなことが減ってくる。

L3は入職後11年以下の先生。自分が教職をとる時教育実習に行ったときに、ある子がさぼって階段で寝ていた。掃除の時間なので掃除をしなきゃいけなかった。先生はその時、「ちょっとどいて」という言葉が出そうだったのを、ちょっと待てよと止めて、自分は教師なのだから「これはどいてではないよな」と思って、「手伝ってくれない?」と言ったそうです。その後、この生徒は学校をさぼらなくなって、先生に積極的にいろんなこと手伝うようになったとのことで、とてもやりがいを感じたと言われている。

また、インタビューで印象的だったのは、多くの先生が、恩師の存在、教職における恩師の存在、特に部活顧問の影響を語られたことです。昨今では、日本で部活の教師、部活動に多忙感が関係するので、

部活顧問を教師から出すのをやめ地域のコーチを入れようとしています、実は部活指導をしたくて教師になったという人もいて、恩師の存在を部活で味わったという先生が多かった。特に若手の先生方、若手の先生方の多くのモデルは部活の先生でした。

次に、達成感・やりがいという点で、子どもの変化を具体的に語る先生方は消耗していないのです。先生はどこに達成感を感じますか、どんなところに子どもの変化を感じますかという質問に具体的に語れる先生はあんまり消耗してない。ところが、特に若手で消耗感の強い先生、L1L2の先生方ですけど、この先生方は授業や教材を非常に工夫しておられて、そこでなんとか乗り切ろうとしている。特に、L1の先生は特に保護者からクレームが出るほどクラス経営がうまくいかないことがあった。授業の工夫で何とか乗り切ろうとして、自分としてはターゲットとなる生徒を3人くらい絞って授業をしていた。学力が非常に高い子と、中くらいの子と、低い子と3人くらいをターゲットとし、そのターゲットの中で一番低い子が「わかった」と言うような授業を工夫しているということをおっしゃっていました。非常に消耗感が高いけれど、授業に集中することでなんとか乗り切ろうとしておられました。

中堅の先生方は、自分の健康や家庭生活の危機を経験しておられるのに対して、若手は学校組織とか制度とか、生徒と生徒指導における距離感が難しい、生徒にどこまで関わったらいいかかわからないのが悩みとおっしゃいます。それから父母との関係に危機感を感じておられる先生も多かったです。両年齢層とも、消耗しておられる先生方の中には職場の人間関係をあげられる方もいらっしゃいます。さっき20代と50代が多かって話でしたが、30代後半から40代前半くらいのつなぎ世代の先生方がおられないので、人間関係が非常に難しいようです。

中堅は、教師としての姿勢を各自の言葉で表現する力がある。例えばH1の先生、非常に達成感が高い。「教師は演技です。役者じゃなきゃやっていけない」ということをおっしゃいますし、H3の先生は発達障害の子との関係について「自分は今まで覚悟が不足しとったということが非常によくわかった」と表現されていました。「教師は役者じゃなきゃいけない」という先生は、ゆるみというか遊びを非常によく使い分けておられる。「自分は部活動では赤鬼と呼ばれています」と厳しい指導をしておられるのですが、若手の先生が家庭訪問に行かれる時、最初のうちはかならず付き添いをして、経験の浅い若い先生を一人にさせないように工夫されておられます。1回2回一緒に行って、「また僕行ける時あったら行きますよ」というのをいつもウェルカムとおっしゃるような先生です。

【教師を取り巻く対人環境】

このように学校には様々な先生がいるということそのものが、学校の多様性とか開かれた学校へと発展する可能性を示しているだろうと思います。先生を取り巻く対人関係は多面的多層的です。対人関係を考える時に四つ考えなきゃいけないなという風に思います。一つはやはり児童生徒との関係。さきほど言いましたように、対人援助職でも個対個ではなく、個対集団であるという認識がとても大事です。子どもの即応性ということであれば、中学校はやはり結果が出やすいので、子どもがよく反応してくれる。あと、保護者との関係、今やはりこれがなかなか難しい。高年齢の方の先生で教職歴はもう20年を超した先生方ですけども、保護者との関係が非常に難しいとおっしゃった先生も多かったです。役割意識として公的存在であることを非常に意識されています。それから、うまくやる先生方は親御さんを味方につけられる。親御さんにはクレーマーもいらっしゃいますけれども、先生が非常に熱意をもって

おられて、子どもへの愛情を基盤として親との協働作業を確認される。非常に上手だと思います。

同僚との関係でいいますと、成果は非常に不明確です。校務分掌が適材適所、はまるべき所にはまっているとうまくいく。はまっていないと上手くいかない。さきほど言いましたように、つなぎ世代が、上手く機能してくれるといい。つなぎをすごく意識される先生もいる。自分が伝達役になりますという先生もいらっしゃいます。それから個人生活としてのモデルの存在。自分がこうなるという明確なモデルがある先生は、一時期消耗されてもほんとちょっと取り戻していかれる感じがあります。若手の学校への意識は強い。中堅がコミットメントするような活動と、エネルギーバランスが非常に上手だになっていうふうに思います。それから40代50代になりますと、先生方のお子さんも育ってこられますので、自分の子どもとの関わりを通して色々考えるという先生方も多かったです。

[居だけで周囲がほっとする先生]

転機。メンタルヘルスの危機ですけど、一つのチャンスでもあると思います。とにかく人は、やりがい＝達成感で見えています、「居がい」を感じていたいと思います。例えば女性の英語担当の子育て中の先生ですが、自分は英語そのものとアメリカの国民性も好きなのでその国民性も自分は生徒に伝えていきたい。自分は、部活動顧問はできないけど、授業の中で英語を伝えることをしていきたい。1年の終わりに、生徒たちが一人でも二人でも、「先生のおかげで英語が好きになりました」という人を増やしていきたいと話されました。そして「私の目標は居残り続けることですから」とおっしゃる。まさにその先生が職員室にほっといらっしゃると話しかけたくなる。そういう先生です。

情緒的消耗感・脱人格化が進み、個人的達成感が得られないことがバーンアウトの3つの要素です。教職は、たしかに過重負担があり、成果が見えにくい。そして人間関係の負担も非常に高いという特徴がありますので、消耗感も高くなります。そこで管理職や同僚からのサポートが得られますと、特に脱人格化、すなわち人を人とあんまり思わないみたいところは軽減されます。情緒的消耗感、多少多忙感はあるけど、やりがいのある多忙だったら続けたいと思うものです。自律性とか意思決定の関与、何かこれをやったという感覚があるというのはその意思決定に自分も参加していることです。今非常に消耗感を感じておられる先生がせめて技能の習得をしたいと授業を頑張っておられる。また、高達成・高消耗の若手の先生も言われていましたが、外部の研究会などで教科の勉強ができるとこと、それが自分のやりがいになって息抜きにもなっているし、そこで得られたことをまた還元できる、新しいことを得られる。そういうことをおっしゃっていました。

レジリエンスは逆境力と言われますが、これは逆境をはねのけるというよりは、何か不足の事態が起こったときでも、なんとかやり続ける力、しなやかに立ち直る力が日常的なレジリエンスとしてあると思います。そのためにはある程度の感情のコントロールと、ある程度の楽観性が必要。明日は明日の風が吹くと。人間関係も何とかなるさとかそういうものが要ですし、自己効力感、自分はある程度やっていることを認める力、また自尊感情が一定程度あること、自分のやったことに数々の失敗もあるかもしれないけど、何とかやっていけている、居残れている。実感があると人は統合性とか安定性、アイデンティティとか教育観、生きがいに残っていくと思います。そして「教師は演技、演技者ですよ」と言われたように、ある程度のゆるみ、遊びがあると非常に良いと思います。これで私の発表を終わりたいなと思います。ご清聴ありがとうございました。

松下：徳田先生、ありがとうございました。とっても面白いご講義でした。続きまして、北口雄一先生に『自信とはなぜ儚いのか、ユング派の立場からどう掴めるのか』というタイトルでお話いただきます。それでは簡単ではございますが、北口先生のご紹介をさせていただきます。北口雄一先生は京都大学大学院教育学研究科のご出身で、京都府のスクールカウンセラーとして、あるいは精神病院の臨床心理士として、学校臨床・病院臨床など幅広く臨床実践活動をなさってこられた、ご経験の大変豊富な先生であります。北口先生は、京都大学修了後にスイスにあるユング研究所に長期留学され、ユング派の分析家の資格を取得されました。現在は、北口分析プラクシスを個人開業しておられて大変ご活躍の先生でいらっしゃいます。ユング派の心理療法に関して大変造詣の深い先生であられ、本日も、ユング派の観点から学校現場における教師のメンタルヘルスに関してお話いただけるということで、大変楽しみにしております。それではよろしくお願いいたします。

<シンポジスト 2> 北口雄一（北口分析プラクシス/京都府スクールカウンセラー）

「自信とはなぜ儚いのか、ユング派の立場から、どう掴めるのか？」

私は、こうして話をさせていただくときに、「この話はタイトルとどうつながるのか」とご批判を受けることが多いのですが、今日は、徳田先生が教師のメンタルヘルスについて幹と枝、葉のしっかりついた像を作ってくださいましたので、私は安心して自由に話をさせていただこうと思います。

自信って、誰もがよく使っている言葉です。では自信って何なのか、ということを切り口に話をさせていただこうと思います。それと共に、今日は二つのこころのあり方、動き方を対比しながら、こころってどういうことなのか、またそこから教師のメンタルヘルスについて話を進めていきます。今から話す二つのこころのあり方は、皆さんが普段関わっておられる生徒にも関係していますし、大人においても同じことが言えます。今日はまず生徒たちの具体例を話していきますが、実はそれは大人である私たちにもつながっていることを想像しながら話を聞いていただけたら、今日の私の話の目的は達成するのではと思っています。

まず、こちら（左側）のこころのあり方、から話を始めます。たとえば、私は今こう話をしていますが、そのために私なりに努力をしています。これまで学んだこと、臨床経験、週に一回 SC にも行っています、そういう経験を経て準備をして、努力して、こうして話をしています。それに、先生方から「よくわかりました」とフィードバックが返ってきたら、それが私の自信になります。頑張ったことが返ってきた。今日の徳田先生のお話でもあったように、達成、承認されることが、私たちの自信には大事なことです。「自信がない」「どうしたら自信ができるか」というような自己啓発本が、コンビニでもいっぱい並んでいます。皆さん、頑張って本を読まれます。しかし、残念ながら今話しましたように、自信というのは相手がいて、そこから何かが返ってこない、本当には得られないものです。自分一人で、頑張って自信を作り出そうとしても、それはどだい無理な話です。たとえば、子どもたちは普段から小さい

努力をいっぱいして、そこから学校の中でいろんな成果を出して、先生からフィードバックをもらって自信を得ています。人って、知らず知らずのうちに努力しているのです。ある男の子が、プロ野球の選手を見てカッコいいと思う。カッコいいと思うから、勝手に真似をしている。真似して素振りをいっぱいする。知らないうちに野球の練習もいっぱいして、上手になっていますよね。上手になったら、皆から褒められる。オレってすごいよな、って思えるわけです。他の例を挙げれば、芸人さんってすごいと思います。あんなに人を笑わせ、楽しませるってすごい能力です。でもそれは絶対昔から、例えば小さい時から家族の中で、友達の間で、どうやって笑わしてやろう、どうやって楽しく過ごそうと、知らないうちにいっぱい考えていたと思います。だから私が今になって、頑張ってみんなを笑わせようと思ったって、たかが知れている。こんな風に、知らないうちに、人って無意識のうちにものすごい努力を重ねていて、それでいろんな成果を上げて、フィードバックをもらっている。たとえば、女の子のお化粧も、すごい努力で技術だと思います。興味があるから知らず知らずのうちにやっている。中学生の女の子が、時にいきすぎた化粧をしていますけれど、それも練習で、努力で、結果につながっていくものです。これらの努力は、一見悪い方向に向くことも多いです。たとえば、男の集団で、車で暴走する。カーブがあって、そのカーブを誰が一番速く走れるか、と危険なことをする。いけないことかもしれないけれど、そうやって切磋琢磨して、自分ができたことを周りから称賛される。

フィードバックが返ってきて、それによって自信が築かれる。こんなふうに、こちら（左側）のこのあり方では、何かを自分が達成した、やり遂げた、勝ったときに、自信が生まれます。ところが難しいのが、すべての状況において、いつも勝てるわけではなく、達成できるわけはありませんから、自信が折れる、負ける、失敗するということが起こります。しばらく自信がずっとあった状態から、ポキンと自信が折れる。自信がなく、動けない、前に進めない。ここからが大変です。じゃあ、そこからどうやって自信が持てるのか。自信がない状態から、もう一度舞台に上がって、そこで戦って、成果を得て、「やった！」とならないと、自信は手にすることができません。

ですから、こちら（左側）のこのあり方とは、自分が「やれてるぞ」というときに自信が安定して自分の中にあり、ところが失敗したとき、負けたときにポキンと自信が折れてしまう、そこでどうやって再びチャレンジしていくか、こういう動きだと理解していただけたらと思います。ここで大事なのは、やはり人です。落ち込んで帰ってきた、自信が折れてしまった時に、ドンマイドンマイであったり、「いや、もう一回頑張ろう」って背中を押してあげるであったり、もしくは愛の鞭で「何やってんねん、メソメソすんな」と蹴り出すであったり、そういう人との関わりによって、「もう一回頑張って、戦おうか」となっていくということです。こういうことを、実は人って小さな頃から繰り返ししています。男の子の世界で考えてみますと、男の子の集団を見てもらったらわかりますが、男の子の世界って一から十までどっちが強いかの世界です。少年ジャンプとか、どちらが強いかが大好きじゃないですか。勝つと、さらに強い敵が出てきて、戦って、どうやって勝つかと。子ども同士で、ここに溝があって、誰がこの広い溝を跳び越えられるか、跳べるやつは勇気がある。ゲームするにしたって、誰が勝つかです。ほんとに些細なことから、果ては誰が一番先に彼女を勝ち取るかまで、勝つことが大事です。小さな頃から繰り返し、やった！と思っては挫折して、周りから後押しされてまた戦っていく。こうやって、小さな頃から繰り返し、傷ついて、大人になっていっています。学校の先生方も、いろんな生徒が自信を

持てるために、後押しを、背中を押すことをされていると思います。先ほどの徳田先生のお話にあった、中学の時の先生とのやりとりは、先生がほんとうに、こう背中を押してあげていたという感じなのではないかと思います。ところが難しいのは、たとえばこれに関わる人が厳しすぎ、暴力的すぎてもだめなところでは。落ち込んで家に帰ってきた、ところがお父さんが怖すぎて、怒鳴られ、殴られる。これでは萎縮するだけで、次にチャレンジとはいきません。もしくは、後押ししてくれる男性像自体がない。お父さんはいても、家の中にいるだけで、全然存在感を発揮していない。いろんな形で、こういう後押しを経験できない状況に育ってきた子どもがたくさんいるわけですが、難しいのは、それによって、ポキンと自信が折れてしまったときに、次にチャレンジできないまま、そこに留まってしまうところです。学校現場で働いていますと、こういうこころのあり方は、女の子にも見られますが、男の子に多く見られます。不登校を呈している、特に男の子を中心とする生徒たちが、ものすごく多いです。その子たちの話をカウンセリングで聞いていると、もう勝ちたい気が満々です。ゲームをよくしていますが、あれは勝ちたいのです。自信を持ちたくて、勝ちたい気が満々だけど、何かのことで、自分が勝ちたいと思っていたことで負けちゃった、ポキッと折れた。動けなくなる。それで、引きこもってしまいます。後押しをしてもらう、背中を押してもらうという経験が、なかなかなかったならば、本当に動けなくなってしまう。ということは、このこころのあり方においては、人との関わりで背中を押してもらいながら、再び自分でチャレンジしていくことがなければ、引きこもりは解消されないということです。だから、変化がなかなか生まれにくく、そこが苦しいところです。話が抽象的ですので、後で具体的な事例を挙げたいと思います。これが、歳を重ねていくとさらに大変です。20代になる、30代になる、ずっと引きこもっている、勝ちたい気は満々です。でも、引きこもっていたらそもそも経験ができない。就職できたという経験も持てない。恋愛ができたという経験も持てない。引きこもって家にいる。それでは、ますます舞台に上がって行けないですから、30代、40代になっても引きこもりが続いてしまう。もちろん、引きこもりのすべてではないですけども、かなりこのこころのあり方が関与していることがあります。

ここで教師のメンタルヘルスの話につなげますと、よく学校の先生方と話をしますが、生徒が問題を呈した時、不登校を呈した時、学校の先生方がよく言われます。「現状に、何か問題があるのでは」と。クラスに何か問題があるのではないかと、私の教師としての関わりに何か問題があったのではないかと、こんなふうになにに原因を求めて、何とかしてあげようと、よく思われておられます。けれども、もちろん不登校はこのこころのあり方でのみ起こるわけではないですが、このあり方から問題を呈する生徒もかなり多いことを考えると、先生方が頑張って関わることはもちろん大事ですが、実はここまで話してきたように、小さな頃からの積み重ねが重なり重なって、不登校や今の現象が起こっている可能性が高いとすれば、先生方が頑張って関わってもそれと等価、徳田先生のお話に等価という言葉がありましたように、等価らしいものが返ってくることが非常に少ない、ということが言えます。先生方の関わりは、その子どもに実際にはものすごく効いている。等価なフィードバックが返ってこない、先生方も人間ですから自信にダメージを受けます。教師という職業は、こんなふうには自信が危機にさらされる職業です。徳田先生のお話に、成果の不透明性という言葉がありましたが、本当に返ってくるものが不透明です。そうすると、先生方の自信は危ない状況になります。さらに、担任を持たれていると、周りの目が

あります。他の先生から、実際には言われてないにしても、自分に指導力がないと思われてないか。成果を出せていない、と思われてないか。あの先生は、生徒と上手に関われているのに、と。徳田先生のお話にもありましたが、先生方にも個性がありますから、人それぞれの持ち味がある。でもどうしても、違う持ち味の先生が上手く生徒と関わっているのを見ると、自分はダメだなと思っちゃったりする。どうしても、自信が危機に晒されることが起こります。

ここまで、こちら（左側）のこのころのあり方について話をしてきました。次は、これと対比して、より理解するために、また違うこちら（右側）のこのころのあり方を見てみたいと思います。このこのころのあり方においても、不登校は起こりやすいです。これまでと同様に、分かり易さのためにまずは生徒の話をしていきます。しかし、このあり方は、大人でも全く同じように見られるものです。つまり、このあり方で困っている保護者もいる、ということです。ということは、先生方が、このこのころのあり方もあると理解して、保護者と関わっていかれた方が、それもひいては先生方のメンタルヘルスにとっていいと思います。

先ほど（左側）のこのころの動き方では、自信があるときには、ある意味恒常的に自信があります。それが何かで失敗すると、自信がない期間が長く生じます。スポーツ選手を想像していただいたらわかりやすいです。自信を失ったところから立ち直って、チャレンジしていくまでの自信の持てない期間ってかなり長いと思います。このように、自信があるにしても、自信がないにしても、その気持ちがある程度恒常しているあり方です。それに対して、こちら（右側）のこのころのあり方は、気持ちの波という言葉を使うと適切かもしれず、気持ちが上から下まで急激に一気に落ち、また一気に上がるというあり方です。ものすごく激しい気持ちの波がある、このあり方で大事なものは努力による成果よりも、むしろ愛です。自分がどれだけ大事な人から大切に思われているか、自分が見て欲しい人からどれだけちゃんと見てもらっているか、自分が生きていい存在だとどれだけ言葉を返してもらえるか、そんなふうに人とのつながりや愛が大事なこのころのあり方です。このつながりが大事なあり方において、なぜ気持ちの波が生じるかというと、考えてみるとそれは明らかです。それだけ自分にとって人とのつながり、自分にとって大事な人から見てもらえることが大事だということは、自分にとって大事な人から、それが学校の先生からということもありますが、ちゃんと見てもらえたら、ものすごく気持ちは上昇します。ものすごく温かい気持ちになりますし、自分がここに存在していいという気持ちになりますし、自分の自信も感じられます。でも、その大事な人が、言葉で自分のことを認めてくれない、ということも起こります。それは、大事な人から拒否された体験されてしまうこともあります。言葉によって否定されたと体験すると、気持ちが上にあったのが、一瞬のうちにドーンと底なしに落ちていきます。つながりの象徴は言葉ですから、言葉によって拒否される、切られる、否定されることによって、このこのころのあり方においては、気持ちが落ちて行きます。気持ちが復活するにはどうすればいいか、もちろんその大事な人からの大事な言葉があれば、気持ちが上がります。相手はその人じゃなくても、違う人であっていいかもしれません。学校の中には様々な教員がいますから、担任の先生だけでなく、養護教諭、部活の先生、そういう先生方に自分が見てもらえて、気持ちが上がるということもあります。数直線で考えますと、すごく極端にこちら（右側）のこのころのあり方を生きている生徒や保護者もいます。私たちの中には、ここまで極端じゃなくても、このこのころの動きがわからんでもないという方もいると思い

ます。だから、先生方がご自身のことを理解する、ご家族のことを理解する、生徒のことを理解する時に、自分はそのまで極端ではないけれど、この気持ちの感じはわかるなあというところがあれば、そこから広げて理解を深めてもらうのがいいと思います。

この気持ちの波があるというところのあり方でいえば、学校現場でスクールカウンセラーとして会う生徒では、たとえば自傷行為をする人は多いです。つながることが大事、愛が大事ですから、自分が見てもらえている、ちゃんと声をかけてもらえているということがあれば、すごく幸せな気持ちが、一瞬ですが持ちえます。ところが、そのつながりの相手から、ある言葉によって否定されたとなったら、ドーンと落ちます。たとえば、カウンセリングの中で生徒が言います。「昨日、お母さんからこんなことを言われました」、リストカットしました。言葉で否定されたことによって、気持ちが一瞬にして落ちていったということです。もしくは、つながりがテーマですから、さまざまな男女関係に入って行ってしまうということがあります。たとえ一瞬であっても、つながり、愛してもらえていることを求めて、容易に生徒たちが、また私たち大人も、問題を含んだ恋愛関係に入っていくことが起こります。死にたいと言う生徒も多いです。このころの動き方からいえば、自分は拒否されていて、底なしに落ちていて、死ぬほどに孤独だということでもあるでしょう。学校の中のさまざまな先生方が、さまざまなチャンネルで、そういう生徒たちにつながっていくしかありません。こういう生徒もいます。食べ物、甘いものって食べたら、すごく幸せな気持ちになるじゃないですか、一瞬ですけど。食べ物ってそういうふうにつながりになります。つながる相手が食べ物になっていく。甘いものをたくさん食べてしまう。過食です。こんなふうに表に問題として現れる現象は、ここまで話してきたころの動き方とすごく関係していると言えます。先ほどの徳田先生のお話で、学校が変わり新しい学校の雰囲気が全然違ったときに、というのがありました。それも、その人のあり方によって体験が全然違うように思います。今はつながりを持てていないけれど頑張ろうかと思う人もいれば、やはりこういうつながりがすごく大事なころのあり方の人であれば、新しい学校で上手くつながれなかったら、危機になると思います。

ここで再び、教師のメンタルヘルスを考えますと、こちらの（右側）のころのあり方から不登校を呈する子どもも多くいます。その場合、関わるのは本当に大変です。先生方が頑張って関わってあげても、なかなかそれで満足せず、安定してはくれない時に、先生方が、こんなに関わったのに自分はダメなんじゃないかと、自分の自信が危機に陥ることもあります。さらに難しいのは、保護者の方でこういうころのあり方を生きている方が、かなりたくさんおられるところです。ということは、その保護者の方々は、学校の先生につながって欲しいと思うということです。自分の気持ちをわかって欲しい、それはある意味幼いのかもしれないけれども、そう求めざるを得ない。学校の先生は、さまざまな形で生徒の事で保護者と関わるがあります。先生方が良かれと思って言った言葉を、このころのあり方を生きる保護者の方が、先生によって拒否された、否定された、と体験することがしばしば起こります。先生方としてはそんなつもりで言ったわけではなくても、体験する方はそう体験しますので気持ちが落ちて行きます。そうなるとうどうなるか。非常に、大きな怒りがやってきます。私をこんな気持ちにさせた、なぜそんなことを言ったのか、その言葉は一生忘れない、ということになりかねません。たとえば、学校の先生方が担任を持たれて、一年生である生徒さんと保護者と関わり、そこで、このころのあり方を生きている保護者が拒否されたと体験し、その保護者がすごく大きな怒りをもたれたとします。あ

んな言葉を先生は言った、と。客観的に見れば、そんな大きな言葉でなくても、その方にとっては拒否され傷つけられた、となれば、その生徒は中学校だとするなら三年間在籍しますから、保護者の方から三年間、怒りを向けられ続けることも起こりえます。ここからも、教師という職業には、自信を失いやすい現実がついてまわる、ということが言えます。

ここまで話しました、こころのあり方についてさらに具体的に理解していただくため、ここで、ある生徒とのカウンセリングの話をさせていただきます。

〔事例については、この抄録では割愛します〕このように、具体例も併せて、二つのあり方の話をさせていただき、ちょうど終わりの時間が近づいて来ました。教師のメンタルヘルスに戻りますと、不登校を呈する、こころの問題を呈する生徒たちのこころのあり方は、全てではないにしても、今に始まった話ではありません。だから、先生方が関わられることは、すごく大きな事ですけれども、そこですぐにフィードバック、成果が返ってこないのはむしろ当然なことであって、だからこそ先生方ご自身が、自分が今していることには十分に意味があることを、たとえ成果が返ってこなくても、どのように自分の中で整理をつけるかが大事だと思います。あるいは、保護者について話をさせていただいたように、保護者の方で、言葉を慎重に伝えていかないといけない方も本当におられますので、このこころのあり方を生きている方がおられることを意識しておくだけで、大きな怒りを向けられることも防ぎえます。あるいは、先生方ご自身が、私たち臨床心理士もまさにそうですし、人間ですので、この二つのこころのあり方について、自分もこういうあり方を生きているよな、わかるよな、というのも絶対あると思います。そこから、ご自身を理解して、自分はどんなふうにメンタルヘルスのメンテナンスをしたらいいかな、というのを考えていただけたらと思います。それをお伝えして、これで私の話は終わらせていただきます。

(拍手)

－休憩－

全 体 討 論

松下：それでは、全体討論を始めたいと思います。最初ですので、お二人のシンポジストの先生方のご発表をお聞きになって、当センター長の岡野教授の方から、まず口火を切って頂こうかと思います。

岡野：徳田先生、北口先生、どうも貴重なお話、刺激のあるお話をありがとうございました。いろいろ刺激されたので、わたしも少し話をしたいと思います。お二人のお話のスタイルがちょっと違ったのだけれど、私は自分の関心のテーマに引きつけて考えてしまうと、自己愛の問題は共通していると思いました。徳田先生のお話の中で、尊大症候群がって出てきましたよね。これってヒューブリス症候群の事ですか？最近、英国で出てきた概念で、自己愛とどこが違うのかといたら、難しいのですが、ヒューブリス症候群の場合はおそらく企業主とか教授とか、要するに高い立場に立った人間が自己愛的な態度を後になってから必然的に発達させるみたいなニュアンスがある。そういうふうに私は理解しています。自己愛パーソナリティというよりは、自己愛になってし

まう症候群というふうに私は理解しています。じゃあ学校の先生がそんなに自己愛的になる余裕があるのかっていうのを思うのと、大学の先生は別として、中学・高校となるとかなり大変だろうって思います。最近テレビで、最近の学校の先生は生徒に殴られても反抗できないという事をやっていたけれども、そういうふうな立場になった教師の自己愛っていったい何だろうと思います。徳田先生の中で最初のお話が印象的で、クラスの後ろの方でトランプをやっている生徒がいると、それに対してなにかを言えたらそれはいいのでしょうか、もし言えない立場にあるとしたら、これ程自己愛を傷つけることはないでしょう。あるいは、地理を教えていて、こんなに細かい事をどうして覚えなくちゃいけないのか、みたいな事を言われた場合を考えます。たとえ、言われてはいないけれども、それに答える用意がないとしたら、それはもう精神的に生徒に負い目をもっているというか、負けている感じでしょう。そういう職場とは、いろんなストレスがあるにしても、まず一番のストレスだろうし、実は精神療法をしている人間、あるいは患者さんを扱っている人間という立場は、逆にセラピストとしてクライアントさんからどうやって信頼をされるのかとか、どれだけ感謝の念を抱かれるっていう事も勿論すごく大事でしょう。あるいはクライアントさんに支えられるみたいなのがあって成立しているようなところが、どうしてもあると思います。それが得られない事のつらさっていうのは、やはりあるし。そうすると学校でそういうふうなかたちで生徒に対して健全な自己愛をもちつづけて仕事をする事ができない、という事は一体どういう状況なのだろうかと思います。私は精神科医なので、教員の立場、中学校・高校の教員ではないし、そうであった事はない。私に考えられることは自分が中学校・高校の時、あるいは小学校の時に先生方がどうしていたかを想像することです。私が小学校の頃、昭和 40 年代は、そういう事はなかった時代です。だから、今は全然違っていると思います。それから、北口先生のお話もやはり自己愛の問題に関連し、その後に出てきたケースに関しても、とても参考になりました。先生にカウンセリングを受けてよかった、というかたちでのある種のレスポンスがある事で、こちらやりがいを感じる事が出来るのだと尾います。

さて、私がお聞きしたいのは、やはり最初の例についてです。極端な話、生徒に胸ぐらを掴まれても反抗できない今の立場は、どうなのだろうか。先生方はそういう時に虐待をしたと言われる事がない形でなんらかの対処法をご自分達で考えてらっしゃるのか。あるいは生徒にこんな事を覚えてどうするのか。あるいは授業をほったらかしにして遊んでいるような生徒達に対してどんな立場をとる事ができるのか。こんな事を考えたというアドバイスとして、何か具体的なものがあるのか、最初にそのあたりをお聞きしたいと思いました。

松下：はい。ありがとうございます。お二人の先生方からお願いします。

徳田：岡野先生ありがとうございました。確かにこの先生が経験されたのは、自分の言葉が共通言語として相手に響かない。相手がもっている言語体系、その中に自分の言葉が入っていないっていうのを目の当たりにすることになります。この場合は高校だったのですが、小学校の学級崩壊もちょっと似たような感じがしてまして、小学校の学級崩壊の現場を見に行った事があります。そうすると、その学級崩壊を起こしているリーダー格の子がすごく敏感に私は何者かと問うてき

ました。私が「中学校のカウンセラーだよ」と言うと、自分の心を探られるのではないかと非常に警戒してくるのです。つまり、この子達はこの子達で怯えていて、授業中にトランプをすることで教師の関わりを拒否しながらも、その一方でその結果にも怯えていて、先生が自分に迫ってくることを怖れているのかなと思います。先生に暴力をしたり暴言を吐いたりする子も、実はそこに非常に深い怯えのようなのがあって、それを悟られたくないために防衛して、先回りして暴力ふるったり、防衛したりするようなこともあると思います。今日は、クラスということについても少し触れましたが、学級崩壊の事例とか、そのトランプをやっているクラスでもそうだけれど、そのクラスの雰囲気を構成しているメンバーの中には、確かに影のリーダーのそういう悪い雰囲気をつくっているメンバーもある。その中には「なんかこれっておかしい？」と少し感じているような子もいるわけで。その子をいかにピックアップしていくかっていう事も先生達にはアドバイスをしています。先生達は前に立って授業を教えてらっしゃいますけれど、私達は後ろから見ていて、<どうも先生、A君とB君あたりが、けしかけているみたいだよ>とか、あるいは<魔の三角形が出来ているよね>とか、そのゾーンの中に入っている子はみんな騒ぐけど、それ以外の子はそうでもない。<ゾーンから出ている子たちは授業をやろうよ>というような気持ちになっているよね>と教師に具体的にアドバイスをしたりする事はよくあります。

北口：自己愛という言葉、テーマを岡野先生からいただきまして、私が話した中で、こちら（右側）のこころの動きというのは、自己愛の問題を念頭において話をしていました。先ほどの徳田先生の事例に関しては、…すみません、まだ想いを寄せられていません。自分が受け容れられなかったり、否定された、切り捨てられたっていう生徒との関係でも、ものすごく気持ちが落ちていかざるを得ないと思いますので、一人じゃ立っていけないお気持ちになられると思うので、話ができたり、つながれる相手は、まず必要なんじゃないのかな、と思います。

徳田：事例の相談にきた高校の先生に<先生の持ち味はどんなところにありますか？>と聞きましたところ、「自分は他の先生と違って個性がないのが自分のコンプレックスだって、ずっと思っていた」と言われました。そこで<なんか、個性って、そういう持ち味だろうと思います>と言ったのです。その時先生はちょっと考えられて、「あっ、そういえば、他の学年の子からもよく声を掛けられる」と仰いまして、つまり、自分はクラスの生徒だけじゃなくって、他の学年の子達からもわりと声を掛けてくる。他の先生よりも守備範囲が広いというか、よく声を掛けてくる子が多いようだ、というように言われた。「それって持ち味とは言えんかもしれんけど、なんか、そうすかね」って言われた。それを聞いている時、私は、この先生は、自分は、個性はないと仰っているけれど、そういうふうになんか声をかけやすい、つまりアクセスしやすいというのは立派な個性だと思ったのです。それは私の「居がい」という事と繋がってゆく。その先生が何かしたとかいう事だけでなく、なんか声を掛けられやすいっていうことをその先生の持ち味として、もっと自信をもっていいかなと思いました。おそらく声を掛けてくるのは相手も「この先生だったらなんか言ってくれるとか、なんか自分の話を聞いてくれる」と思うから声を掛けてくるだろうと思いました。その時に思ったのは、学校の先生は、やはり弱みを見せられない、弱音を吐けない、自分がこんなふうにコンプレックスもっているという事はとても人には言えません、と言われたの

です。その時、私は病院の心理士としてその先生とお会いしたのですが、先生が病院に来ている時の顔と学校にいる時の顔は、たぶんすごく違っているのだろーうと思いました。その先生の持ち味として、いろんな学年の子から声を掛けられることですから、<いや、先生、それはすごく誇りに思っている事じゃないですか。>というふうに私は言った。自己愛という言葉、非常に深い大きなテーマですけども、今思ってみましても、学級崩壊にいつも繋がるような事をやっている影のリーダー格の子も、なんか一対一で関わると非常にかわいい(笑)、あの、肝っ玉がそれ程大きくはない、だけれど、集団で同じような気持ちの子と一緒にいると肝っ玉やけに大きく見せてしまう。そんなところがあると思いました。

岡野：もうちょっといいですか？私は、おそらく日本の学校で起きている事がよくわかってないと思います。だから、的外れな質問になるかもしれないけれども、それは無知のせいという事でお聞き頂きたいです。私がクラスで教えているとします。なにか小さな教室にいと、後ろの方でゲームをやってトランプをしているとする。そうすると、おそらく授業を中断して「ちょっと聞いてくれ」っていうふうに行くと思う。「まあ、みんなちょっと聞いてよ。トランプちょっとやめて、ちょっと聞いてよ。」と、全体でなにが起きていると考えます。その中には、トランプをしている子ども達も、「あなた達、していて辛い、それ？結構ヒヤヒヤしてない？」あるいはクラスの他の子ども達に「これっておかしいって思っていない？私があなた方の立場だったらいろんな気持ちをもつと思う。」みたいなかたちで、まとめようと思います。ただおそらく、そんな事では全然すまないレベルなのでしょう。そうした場合には、トランプをしている生徒達は、他の生徒達の気を散らしているっていう事では妨害していると考えざるを得ないので、「じゃあ、ちょっと出ていってちょうだい。」みたいな事に、やはりなると思います。じゃないと私のプライドがもたないと思うのです。プライドがもたないというか、先生としてやるべきことをやったような気がする。わたしは、アメリカに長くいて、自分の息子が学校に通っていて、そこで起きている事が頭にあるのですが、そうすると例えば暴力が起きた場合に、アメリカではすぐ力が入ってくるっていう事ですからね。そういうのが当たり前になっていて、日本に帰ってみると一体なにが起きているのだろーう、この小さな社会は、と、意外に思います。それで、私がさっき言った事が常識的だと思えるのです。私たちの社会では、教室のうしろでトランプをしている事をそのままにする空気があるのではないかな。それを放置している先生の側の責任もあるのかも知れないと思います。これは例えば、学校のいじめにおいても、これはおかしいかな、と思いながらも従ってしまうような中間層の子どもも沢山いるのだろーうと思います。そういう子ども達にいかにか働きかけられるかが、重要になってくると思います。そこら辺の方針が立たないといけなないのだと思います。しかし、その方針は自分が立てられても、学校側がそれを許してくれない、教育委員会が許してくれない、色々な事があるかもしれない。方針が立たないと教師としてのプライドが保てないし、そうするとメンタルヘルスは相当悪くなるだろーうと思います。これは感想というのか、私の役目は最初に口火を切るだけです。もし今なにか私の話にレスポンスがあったらお願いします。特になかったら全体に。

徳田：非常に格差が広がっていて、高校の教育困難校っていうのはこんな感じっていう事。勿論この先生はその後、転出されて進学校に行かれたらそういう問題は全くというか、ほとんどなくなりました、というお手紙を頂いたので、ないと思います。ただ、教育困難校で行われているっていう事は、確かに先生が仰るように、教師としての責任を果たせていない。それで先生は悩んで月曜日、週明けになると学校に行きづらい。登校拒否の子の気持ちがよくわかる、と当時仰ってました。そういう事と思います。ただ、やはり教育困難校で崩壊クラスの先生は、それだけに教育の本質、自分は一体なぜ教えるのか、なにを教えるのかに向き合わざるを得ないのではないのかと思っています。

北口：今のお話を伺いまして、徳田先生が最初の方で教師の特殊性に触れられたところで、教師は個と集団と関わるという図式だというのが、印象的だったのを思い出しました。たとえば、私が学校の先生にお話しさせていただく時につねに思うのは、私とかはカウンセラーなので、だいたい一対一という形で会っている。個と会っている事が多いので、それによって個の理解というのは深まる。でも、学校の先生方は実際に集団と関わっていますので、その集団をマネジメントするっていうのは、これはまだいぶ違う事でしょうし、難しい事でしょうし、対応を平等にしないといけない難しさがあると思います。教師の先生方は葛藤せざるを得ないと思います。集団に向かう事と個に向かう事との間で。岡野先生が、さきほど、スクールカウンセラーに言っているのではないと言って下さったけれど、本当に私たちだったら、そういう形で仕事をしているので、集団の前で学校の先生と同じようにマネジメントしろと言われてたって、そんな能力全然ないです(笑)。対処なんて出来ないし、本当に先生方はすごいな、といつも思います。もう一つは、岡野先生がアメリカの学校、子どもさんの事で体験されたというお話がありました。僕自身もスイスに留学していたのもあり、そこでスイス人との感覚の違いがありました。やはり日本は距離が近すぎるのか、家庭みたいな感じになるのか、学校という集団においても、私的な、家庭的な近さの甘えの出し方が、出てしまうのではないのでしょうか。家族の中だったら、はっきりと言葉で、親との間で自分の思っている事をやりとりするなんて、近すぎてしないです。空気を読むとか、そんなふうにはなるけども。それに比べると、欧米のどこでもないと思いますが、親と子の間でも、もちろん学校でも、相手が先生という立場の人であっても、その人との人間関係で自分の思っている事を言語化する。それがコミュニケーションだ、となっていますので、ある程度、岡野先生の話された、トランプに対してあなたどんな気持ちがしているの、という問いに関しても、もしかして生徒もレスポンスしようがあるのかもしれない。日本は、家庭の感じで、そこで先生方は苦しんでいるのかなと思いました。

質 疑 応 答

松下：ありがとうございます。触発されて司会も喋りそうになります(笑)。ここはフロアの方にも、せっかくですので、自由にご発言頂ければと思います。先生方、みなさんから、今の議論に関し

でも構いませんが、如何でしょうか？ご発言の際には、ご所属とお名前を頂戴したいと思います。どうぞ、せっかくの機会ですので、どんなご質問でも、ご感想でも結構です。

フロア 1：失礼致します。私は今、大阪の M 市の小学校で校長しながら、実は大学院で臨床心理士を目指しながら、長期履修で臨床心理学を学んでいる者です。家は、今、世間をお騒がせしております T 市からやって参りました(笑)。警察官、守ってくれると思っていたけれども、ちっとも警官の姿、見当たりません(笑)。そんな中で、来週から子どもが登校するので、どうやって子ども達の安全を確保するのか、っていう事を考えながら、今日はちょっと電車に乗って、メンタルヘルスってことでやって参りました。今日の先生方のお話の感想になるのか、質問になるのか、皆さん方のご参考になるのか、分からないけれど、思い起こせば、今年度末で教職終わりになります。それでライフステージというか、教師としてのライフステージごとに、子どもと親の関係、子どもと教師との関係というものが、どんどん変わっているなという事を痛感してきています。私は元々、先ほど音楽の先生の例があった。中学校で音楽の教員をしておりました。それでその時、駆け出しの頃です。私の場合は、そのライフステージの最初の 10 年、もう本当に校内暴力で大変だった。その時期が一番教師として充実していたし、燃えていましたし、次の 10 年間はもう学校の中の授業数のマネジメントとか、そういう事で追われていて、どっちかっていうと本当にしんどかった。最初の 10 年間で充実して心に残っています。それで、その頃も生徒達は大変だったと思いますし、朝学校に行って私がやっていた仕事は、割れたガラスを、修理するガラス代が、学校にないから、机の天板って皆さんご存知ですか？机の上の天板を廊下の窓に打ち付ける事から毎日がスタートしていきました。だから、教室、廊下は真っ暗だった。電気は付けたいところですが、蛍光灯付けていたら、生徒に石を投げられる。電気が付かないという状況の中、本当に辛い中で教師としてのスタートの時代を過ごしました。でも、それを今の若い先生方に教員に言っても、そこはもう全く通用しない時期になって来ている。だからその時代その時代において、メンタルヘルスっていうのか、何を大切にするかっていう事は、その時その時に、やはり学校で一体となって話が出来ると雰囲気をつくる。そういうリーダーシップをとれる管理職がいたから、私は続けてこられたと思います。また、今勤めているところは、子どもの生活が非常に経済的に大変なところに勤めています。朝ごはんは食べてこない、お風呂は入らない、もう本当にすごく匂いがしている。今の時期だったら、そういう子の中で、教員がメンタルヘルスを維持するために、何をまずしないといけないのか。子どもの生活を理解しなければいけないところからスタートです。そこは大学の教員養成の授業では決して教わらない事。そこに入ってきてみなければ、わからないっていうことで。私、実は修論、メンタルヘルスで書いていこうかなって今ちょうど思っている。そこにいる教員組織がベクトルをひとつに出来るのかどうかっていうところあたりが、みんなの教師としてのアイデンティティを保ってゆけるのかどうかを、今日のお話を伺いながら、改めて感じました。長くなりまして申し訳ありません。以上です。

松下：ありがとうございます。先生、ご質問は特によろしいですか？

フロア 1-2：地域とか地区とかによって違いますが、教員が非常にしんどい状況に陥った時に、やはり、なかなか私達はカウンセリングを受けられない。カウンセラーの先生は、月 1 度来られるので、

カウンセリング勧める。学校で子どもや保護者がカウンセリングを受けるケースが多いので、教員がカウンセリングを受ける隙間も実際はないくらい。こうして、受講して、勉強していますが、隙間がない時に、例え10分でも15分でも、やはりカウンセリングを受ける事は有効なのか。逆にカウンセラーの先生から、いや10分ではやはり無理ですか？その辺りを教えて頂けたらと思います。初歩的な質問です。

松下：はい、ありがとうございます。

徳田：本当にご苦労様です。たぶん私のスーパーバイザーがM市の小学校に行っていると思うので、共有できる事も多いと思います。本当に生活困難。今、子どもの貧困って6人に1人くらいっていうね、貧困なご家庭があるようです。だから、先生方が自分の一部分とでもいいましょうか、先生方もご自分の生活の中の一部を割いて子ども達になにかしてあげられていると思います。10分、15分のカウンセリングが有効かどうかは、問題によっても違うと思います。でも、スクールカウンセラーは今、外から来ている人に先生方が愚痴をこぼすなり、非常に私は有効だと思っています。と言うのは、もう閉塞的な中で仕事していると、どこにも出口がないような気持ちになります。そうすると余計に悪循環になって、先ほどの天板の事もすごく衝撃的でしたけれど、本当に真っ暗な中で(笑)、毎日が動いている感じになってしまう。そこにちょっとした視点の変換が起こるのも、外から来た人に少し話をする事でおこると思います。だから、まとまった話にならなくても、今こんな事が困っているとか、いやもう今日忙しくて先生と話しする時間もないという、その一言が何かを開けてくれると思います。

北口：徳田先生が質問に答えて下さいましたので、私は、むしろ今の先生のご発言で触発されたことを。先生が以前は10年間くらい校内暴力の中でもやり甲斐をもっておられた、というお話を受けての連想です。たとえば、私が中学の頃にすごく学校が荒れていました。みんなが、やんちゃをしていた。僕は、大人しく怖がっていましたが(笑)。でも、そういう子らに、学校の先生がガンガンぶつかっておられていた。今では、その子たちは一緒に村の子たちですが、本当に立派なお父さんになっている。頭もスプレーかけてツンツンにしていた子が、今はもうすっかり髪の毛も抜けてしまって、とても穏やかなお父さんになっています(笑)。やはりその時に、先生が、そこでバツと関わったり、ぶつかったりしてくれた事で、大人になった時に、絶対、彼らは先生らが言ってくれたことを、その時は反発していても、すごく心に刻まれていたのだらうと思います。その時に反発していても、めちゃくちゃしていても、その先生との関わりが響いていた。愛の鞭が効く。そういう生徒さんたちが、多分たくさんいたと思います。果たして今、そういう生徒さんたちがどのくらいいるのだらうっていうことになる、なかなか、今日の話で言いますと、自己愛的なテーマを生きておられる保護者の方、生徒さんだとすると、こちらが愛の鞭でと思って、それを将来覚えていてくれたらいいなとほんとうに思います。ところが、つらい思いで言った言葉が、その方たちには残らない。単に、自分は傷つけられた、一生忘れない、と学校の先生が真っ黒な存在にしかならないのは、ものすごく苦しいです。その愛の鞭が効いていく生徒さんも、もちろんたくさんいるけれど、なかなかその意味で時代は、何が変わったのか、ここが変わったのか、という印象を受けたので、お話しさせていただきました。

松下：はい、ありがとうございます。そちらの方どうぞ。

フロア 2：失礼します。リカレント教育講座に 3 回目の参加です。中学校で、今は教務をしております。

私も今年で 29 年目になります。初任者で初めて教員になったばかりの頃は、右も左もわからないまま、昇降口の隣にタバコ部屋があるような中学校で教師をしました。ですから、毎日取っ組み合いですし、先ほどの話にありましたトランプを授業中に後ろでされる事は、ほぼ毎日ありました。ガムを噛んでいる、当時ですからゲームボーイを後ろでしていた、たまごっちの面倒を見ないと死んだらどうしてくれる！（笑）など。まったく筋が通らないような話を子どもたちから突き付けられる時代もありました。振り返ってみると、その 10 年ちょっとの間は、すごく充実していたとも思います。教師側も怪我などいろいろありました。つい先日、一番初めに担任をした子達の同窓会をしました。本当にいい感じのお父ちゃんになっている（笑）。話を聞いたら、あの子どもこの子も先生と取っ組み合いをした。そんな子が沢山いた。その時ごめんと言うと、そういう事があったのを全然覚えていなかったという話をした。いやいや僕ら悪かった、本当に楽しく喋れて、ほっとしている。そういう時代があった。今はちょっと変わってきていると思います。この 10 何年、中学校は非常に落ち着いてきました。暴力事象もあまりない。でも、一方で不登校の問題かがかなりクローズアップされて、教員のやるべき事はすごく変化してきたと感じます。話が前後して申し訳ないですが、先ほどもトランプしたらどうするのかについてです。当時、うまくいかなくて、もう取っ組み合いして、授業が遅れる事が何度もありました。ある程度そういうことがあり、どんな事が言えたかという、「君がしているのは、僕に対する反抗なのか、集団に対するなにか嫌がらせ的なものなのか、どちら何だろう」と尋ねた。集団に対して何かをしないといけないだったら、「この場でするのは少しやめて、もっと別の話、先生も交えてしないとけない。みんなで勉強しようとしているところを邪魔するのは、この集団を大事にしようと思っているなら、クラス大切にしよう。今ちょっとやめようか」という話をした。で、僕に対する反抗やったら、「僕と個人的に話をしよう、今トランプをするのではなくて」と話すことが出来た。教師になってある程度、23 年後ぐらいに出来たと思います。それがうまくいくかどうかは、ケースバイケースになります。

一つ質問です。先ほど徳田先生のお話の中でも、情熱がある先生ほど、達成因子が高い反面、消耗因子も高くなってバーンアウトの危機が起こりやすいとありました。今から考えると、そういうキラキラの時期もあったと思いますし、この年齢になると、子ども達かわいく見えますので、達成因子が高くなっても消耗因子は、他の先生がカッカしている事でも、かわいらしく見えて、カッカこなくなる。そういうものと思うように、確かになることに非常に納得させて頂きました。その上で質問です。少しお話の中にもあったと思います。中学校では、なかなか部活がやりにくくなってきています。色も黒いく、それなりに部活も夢中になってきた教員でもあります。でも一方で、外部講師を入れていくようになってきていますし、休日に休まないことも規制がかかってきています。そうした時に、教員のやり甲斐は、行事に向かうのか。学習に向かうのか、アクティブラーニングといわれても、実際どのようにすればいいのか。非常に多様な部分もありますし、教科の特性もあります。学級経営に向かってゆくのかとか、今後の先生方が、何に向かっ

て、この仕事のやり甲斐を見つけていくのが、わりと近道なのか。部活を一生懸命して、それで成果が出た時代は、少しと前にあったと思います。そこですごく頑張られている先生がいらしたと思います。なかなかこの先はそうは、いかなくなってくると思います。その中で、どう、やり甲斐を見つけていったらいいのか。教師にやり甲斐をもって、若い人、どんどん、いい人材が入ってくるには、どうしたらいいのか。何かいい方法や、お考えがあればお聞かせ頂けたらありがたいと思います。

徳田：ありがとうございます。なんかとても年数のわりに若々しい先生でらっしゃって(笑)、びっくりしました。やはり前半の話で、学校の先生には、教え子という感覚がある。同窓会を教え子がしてくれたと。私は大学で教え始めて、教え子が出来るようになりました。臨床心理士として働いている時は、教え子という感覚はあんまりなかった。北口先生、そうですね(笑)。つまり、わたしは、何十年も関わる事をあんまり想定していない職業だろうと思います。ただ私の場合は、3人程、年賀状のやり取りを30年、40年を続けているクライアントさんがいらっしゃいます。そういう意味で、変則的とは、思います。教え子という感覚は、先生達ならではのもののなので、是非大事にして欲しいと思います。その一環として、部活、これは全く無しになることはないと思います。部活でやり甲斐を感じられる先生、なにに達成感を感じますかという時に、やはり部活を第一選択、一番に挙げられた先生方は、やる気のない、学習してもあんまり成果があがらない、やる気のないような子を積極的に部活に招いて(笑)、ここでやれることをやろうよと、かなり関わっておられるのを目の当たりにします。それを見ていると、部活とか、生徒会、係活動は、子ども達がその場において、勿論浮き沈みも沢山あり、部活に入った事でかえってうまくいかない事もあるかもしれない中で、集団生活の中でなにか一体感がある。その中で一緒に、少数単位、クラスとはまた違う縦の関係も含めたような少数のグループ活動、部活もその一つだと思います。そういう一体感かな、と私は思っています。だから部活がなくなったら、何をとはあまり考えたくないと思います。先生達の見ている視点は、子ども達の変化を見ておられる。だから、学級経営、学級の中で子ども達の変化もあるでしょうし、学習面で子ども達の変化もあると思います。こういう言い方をされます。目が生き生きとしてきた、ちょっと自信をもってできるようになると、すごく子ども達が変わったと。その先生達の観察力、素晴らしいものがあります。臨床心理士は、私達は高々、その時期にクライアントさんにお会いするのは年間に100人はいない。50人ぐらいかもしれません。先生方はクラス、あるいは部活で、そういう意味では、300、400人を対象にされる事もあるでしょう。担当のクラスという意味では40人をずっと育てておられる。部活はゼロになる事はないと思います。どうでしょうか(笑)。週休2日にはなるみたいですそれなりにしてゆける場所になると思います。

北口：とても刺激のお話で、刺激を受けて、その連想です。たとえば、先ほどの欧米の話だと、やはり欧米の学校は、知識を教える、知能を育てるところがメインに置かれていると思います。でも、私はスクールカウンセラーとして学校で生徒さん達を見ていて、知能の発達と、こころの発達は絶対一緒じゃないと思います。多くの生徒は一緒に進むのかもしれないけど、やはり気にかけてあげないといけない生徒、問題ある生徒は、絶対、知能の発達と心の発達とは、かなりアンバラ

ンスです。例えば、このぐらいの年齢であれば、このぐらいのスキンシップ、性的なイメージがあるだろうと先生方が思っている、実際のその生徒は、その年齢になっても、ペタペタ、幼い形の身体接触をしてくる。ほんとうに、こころと知能には、ばらつきがある。その中で、学校で部活をはじめ、子どもたちのこころをどう育てていくのか。学校は育てる場であり、関わりの場です。学校だからこその意味が、あるのだと思う。もうずっと週に1回、学校に行かせていただいていると思っています。特に、ある生徒さんが病院にかかった時に、とてもそう思います。学校の先生方が、わりと病院の精神科医の先生を重用しすぎます。もちろん、薬が大事な場合もありますし、精神科医の先生が言うことが大事な場合もあると思います。でも、よく考えたら、関係として考えたら2週間に1回、精神科医の先生のところで15分間話をする関係と、やはり学校で1日これだけ密な世界を生きていて、先生方と揉み合う体験とを比べたら、学校には大きな治療効果があると、僕はずっと思っています。だから、その大変なことをされている先生方が、そのされているっていう意味、先生方がそれだけのことをされていることに、先生方は逆に自信を持たれた方がいいとすごく思います。学校の先生方は、精神科医の先生の言うこと、大学の先生の言うことに、影響されるといいですか。それは、大したことないですから(笑)。学校の先生が、日々格闘していることがすごいなと僕は思っていることを、ぜひ言いたいなと思ったので、お話しさせていただきました。

松下：ありがとうございます。もう少し時間がございます。ご感想、ご質問、いかがでしょうか？

フロア3：掲載を希望しないご質問がございました。小学校勤務の先生から、管理職の問題と、スクールカウンセラーについてのご質問でした。

徳田：はい。いろいろありがとうございます。まず教頭先生。教頭先生は学校のお母さん。是非なあって欲しい。あなたしかいません。教頭先生のところ、いろいろ学校の入口です。まずアクセスするのは教頭先生です。教頭先生も迎えてくれる。居甲斐があると言われます。教頭ほど居甲斐のある職業はないと思うくらい。是非頑張ってもらいたい。

次に、子育て真最中という事。子どもはいつか大きくなります。もう先生が教頭になられる頃は、お子さんは中学、高校に進んでおられて、なんの心配もなくなっておられると思います。

繋ぎ世代ですから、本当にご苦労さんです。もう繋ぎ世代がいないと、今の学校は、もう話す相手の共通言語はないと言ってもいいかもしれません。私はスマホ持っていません。携帯電話です。やり取り、確かパズドラの話も、知ってはいますけれど、した事はない(笑)。大学生でスマホから離れられない子がいます。授業でトランプやる子はいませんが、スマホから離れられない子はいます。近づいて行って、＜今、スマホ必要？＞とか、＜私はちょっと置いといて欲しいけど、あなたどう思う？＞とか、そういう会話は、必要な、と思います。トランプはまだコミュニケーションがありますけれど(笑)、ただスマホになると、どんどん中に入ってゆくので、こちらが関わりを拒否されている感じが非常にしますね。関わりでいいですよ。

最後の、月1回のカウンセラーに何が出来るのか。本当にお役に立てずにすみません(笑)。解決して欲しいと先生方が思っている。その問題によっても、お役に立ち方が違うだろうと思います。今、パッと思いついたのは、小学校の先生に、お役に立てるかなと思うのは、カウ

セラーを保護者面接、保護者に対してカウンセラーが入り込めると一番いいと思いました。勿論、先生の悩みは先輩に聞く、これが一番です。メンターといいですか。メンタリング。先生の悩みは先輩教師。斜めの関係に聞くのが一番だと思いますし、そうして頂きたいと思います。何か、カウンセラーが、し得る事は、保護者との関わり、学校と家庭とが協力関係になるにはどうしたらいいだろうか、という所に、カウンセラーの使いようがある(笑)と思います。まったくそのカウンセラーの事を存じ上げないのに、いいのかなとは思いますが、私はそう思います。

北口：先ほどの管理職になりたがらないというお話で、すごく印象に残っているのが、スクールカウンセラーをさせてもらって、うれしい事にたくさんの先生方とやりとりさせてもらえることが増えてきました。面白かったのが、震災支援に行ったときに、学校の先生方、教育委員会の先生方と一緒に活動することがありました。何日間もずっとご一緒していたので、夜は色んなこともしゃべりました。そこで、学校の先生方は、そうなのだと思います。現場が好きで、現場が好きです。現場で生徒と揉み合いながら、が好き。でも、どうやら教育委員会に行き、管理職に進んでいくのは、一般的な社会でいうポジションが上がっていくとは、違うようだ。普通の企業とかであれば、そのあたりがシンプルである感じがしました。人間関係も、仕事の内容も、ポジションが上がって、段々上の立場になっていく。それが、学校の世界では、教師として現場で働いていくことと、管理職として上がることとが、うまく有機的につながらないところがある。管理職の先生は、現場のことが恋しい。現場の先生からすると、管理職に上がっていくことには、いろんな思いがある。なかなか難しいのが、学校という生命体なのかと感じ、印象に残りました。

もう一つ、カウンセラーがなかなか役に立たないというのは、本当にそうです(笑)。カウンセラーとして、どう先生方、学校に寄与できるかをつねに考えています。ところが、今日、私もお話させていただきましたように、こころの問題を呈する問題の深さ、こころのあり方、なかなか大変なことです。45分いただいてこころの話をしましたが、45分いただいてようやくこころはこう問題を現わしていくという話ができました。でもここから、どう関わっていくのかを考えたら、こんな関わりがあるだろう、となればすごい内容になります。それを先生方との関係の中で、どう先生方に役に立てるように伝えていくか。伝えていけたとしても、それは全ての生徒にオールマイティに効くわけではない。私たちがとても援助出来る生徒は、もしかしたら本当に少数かもしれない。先生方にとれば、他の生徒で困っている時は、先輩に聞いた方が役に立つことも絶対たくさんあると思います。それが人と人であり、人間関係です。私たちができることは、ごく小さいところかもしれない。でも、スクールカウンセラーとして働いていますと、何年か経ってきて、実際に生徒とカウンセリングをさせてもらって、先生方に、こんなふうに生徒はカウンセリングでも支えられながら学校の中で揉まれていくことを、少し体験してもらえると、カウンセラーとして信頼してもらえることが多いです。生徒の話を聞いてもらえないかと、生徒をカウンセリングに振ってもらえることもあります。実際を見てもらう、私たちを実際に知ってもらう。カウンセリングの中身を見てもらうことはできないけれども、ちょっと使ってもらって、見てもらえたら、また使ってもらえる。それも、広がりかなと思います。役に立たない(笑)ですけれども、役に立つところで使っていただけたらなと思っております。

松下：ありがとうございます。他にもご意見、ご質問が、おありと思いますが、ちょうどお時間が参りました。私自身もいろいろな事を思い出しながら、子育て世代であるので(笑)触発されながら、身につまされながら聞いていました。司会ですけれども一言だけ、折角なので、どうしても言いたくなってしまいました。さきほどの、後ろでトランプしている子のお話。その子には、これまで積み重なってきた色んな引っ掛かりがあって、それを先生やその場に重ねて、なにかを感じて反応しているわけなので、先生に対するコミュニケーションのひとつでもある。ちょっと荒れている教室に、私も入らせてもらった事があります。子どもは、全然関係ないようなふりをしている場合でも、よく見てよく聴いています。先生の一举手一投足に実は、反応している。けれど先生は、話を聴いていないと感じて、目を向けるのがしんどくなって横向いてしまうことがある。そうすると、余計にそうなる。そんな様子を拝見して、＜先生のこと、すごく気にしておられますよ＞、＜よく聴いていて、〇〇に反応していますよ＞と先生に伝えると、「あっそうか！」と。＜そういう時、寄って行ったらいいですよ。それでやめないだろうけど、少し、「どうや？」って、絡みに行ってあげてください＞と。そこからは先生も子どもに関わりやすくなって、だいぶ変わっていった、という事がありました。

カウンセラーは役に立つのか？について。学校の先生にそういうふうに使われて、私も「先生は何をしているのか」という感じで怒られたことがあります。それで、先生の本音を＜本当に困りますね＞とお聴きしていたら、5分、10分立ち話で、先生がどんどん話された。その間に、何のアドバイスもしてないのに、先生の中でいろいろ、「あっこういう時、こうしたらいいのか」といろいろ見つけられた。「助かったわ」と言って帰られた事がありました。最初から信頼して下さい、とは言いません。少し、使って頂けたらと思います。本当に現場の先生方はすごい、少なくとも生き物として強くないとこの仕事はできません(笑)。現場の先生方から学ぶ事が多く、今日も率直なご意見を頂戴して、私自身もすごく勉強になりました。

5分ほど時間をオーバーしてしまいました。シンポジストの先生方、ご参加のフロアの先生方、本当にありがとうございました。今一度、全ての先生方に大きな拍手をお願い致します。(拍手)