

学校で愛は語れるのか ～子どもが自己肯定感を抱くには～ —高垣忠一郎&春日井敏之対談—

本稿は、2022年11月26日の「今、学校で愛は語れるのか」における対談・質疑・交流を、「ひろば」編集委員の責任で編集しました。

第1部

自己肯定感ってなに？

対談 高垣 忠一郎 (京都教育センター代表)
春日井 敏之 (立命館大学大学院教授)

高垣忠一郎さん



はじめに

心理臨床の現場から、登校拒否・不登校、ひきこもりの子どもたちやその保護者と関わってきました。立命館大学でも、心理臨床・カウンセリングの授業。カウンセラーとして四〇数年。その経験や出会いのなかから、「自分が自分であって大丈夫」の自己肯定感が誕生しました。

オイルショック、高度経済成長の終焉。そのころから「受験フィルター」。それに伴い、学校に行けない子どもの数が増えました。そのころから登校拒否・不登校問題に取り組んでいます。

学校に行けない、行こうとする・行かぬ

ばならないと思うけれどどうしてもいけない子どもたちの相談にたくさん関わってきました。

自分が自分であって大丈夫

「学校にいたら自分が自分であることができない」という子どもたちも少なくありません。「学校用の自分」を作っていないといけない。「みんなが当たり前に学校に行っているのにいけないダメな自分」お父さんやお母さんの期待に応えられなくて申し訳ない。「こんな自分は生きていてもしょうがないんじゃないか」「死んだほうがいいんじゃないか」という子どもたちが少なくありません。つまり、学校に行けないことで、なんで死ななきゃいけないかと思うけれど、彼らにとって学校に行けないことはすごくマイナスなこと。学校教育は、人格の完成・人間を育てる教育であるはずなのに、いつのまにか人材を養成する教育になっていく。学校に行くことが、将来の人材に相応しい能力や特性を育てていかないと、世の中に出たときには自分には役に立たないで仕事もできなくなるんじゃないか。だから彼らにとつ

ては学校に行くことが死活問題みたいに感じています。そういった子どもが「死にたい」「生きていてほしい」「自分が自分であって大丈夫」とを否定していた。そんな子どもたちが元気になっていくためにどういふふうの手伝えばいいのか迷いました。「君にはこんないいところがある」そんなことを言っても元気にはなりません。存在そのものを否定している彼らに元気になるには、存在まるごとを肯定する自己肯定感が登場しなければなりません。心理臨床の現場から、自分が自分であって大丈夫という自己肯定感が生まれました。自己肯定感が高めるものではありません。評価したり褒めてやったりして自己肯定感を高めるとよく言われますが、まるごと、存在そのものを受け容れる自己肯定感を提唱してきました。彼らが元気になっていくためには天から与えられた命のはたらきに依拠しなければなりません。生き物には自然治癒力や自己回復力があります。それが活性化するように手伝います。その時に、「死んだ方がいい」「消えた方がいい」に対して、親は自身自身が脅かされてその言葉を否定したくなります。「そんなこと言ったらあかん」と否定するような言葉が

出てきます。それだと「死にたい気持ち」を受け止めることになりません。「死にたくなくなるくらい辛いんだね」子どもの気持ちを共感的に理解し、受け容れることが大切です。いろいろな気持ちに耳を傾けて聞く。「そんな風に感じているんだね」「つらいね」「かなしいね」自分の気持ちを受け止めてもらえると、こんなふうを感じる自分であっても大丈夫なんだという安心が子どもたちのなかに生まれます。カウンセラーがカウンセラーとしての受容と共感をして相手に対してなんとか元気にしてあげたいと思うこと。してあげたいというより、彼ら自身が自分の自然治癒力や自己回復力を活発化させて元気になっていくのを手伝っていきます。「俺が元気にしてやる」ではありません。救命の浮き輪を投げている感じですが、子どもだけでなく、大人にも。「自分が自分であって大丈夫」という自己肯定感は、救命の浮き輪みたいなもの。人生の浮き輪みたいなもの。愛の息吹を吹き込んで膨らませるもの。だから、「自己肯定感を膨らませる」という言い方をします。

お母さんの心のなかに溜まっている不安や焦りやいろいろな思いを全部吐き出してもらいます。それを一生懸命に聴きます。そうすると、お母さんは心が軽くなります。軽くなった家で帰ると、学校に行けない子どもをまるごと受け入れられるような心になっていきます。そうすると子どもの反応も変わってきます。「私のしんどいことや辛いことをここで全部吐き出したら先生が一生懸命聞いて受け止めてくれた。心が軽くなって子どもを受け容れられるようになった。それを自分自身が経験して気づいたことがある。それを今度は子どもにしないと」思った。「聴くだけしかできない」という人はいるけれど、相手の心のなかの気持ちをしつかり受け止めるようなかたちで聴くということは簡単なことではありません。でもそれができたら、心が軽くなって子どもや他の人たちとの向き合いかたが変わってきます。このような経験から、「自分が自分であって大丈夫」という自己肯定感を言うようになりました。

聴くという行為

ところが、親がそうしたくても、親自身が焦りや不安の気持ちを心に抱えて、子どもの心に焦りや不安を吹き込んでしまう。すると子どもの心はますますしぼんでいきます。精神科に、子どもたちはすすんで来ることはありません。親御さんが相談に来ません。カウンセラーの最初の仕事は、お母さんの労をねぎらうことです。「よくきてくれはりましたなあ。子どもさんのことで精神科に来るなんて勇気いったでしょう。よくここまで来ましたね」と言葉をかけるだけで、たいていのお母さんは目に涙です。そんなこと言われたことないから。「私、子どもが学校に行けなくなっただけから近所を歩けなくなりました。」「背中に私は子どもを不登校にしてみました。母親です、という貼り紙を貼って歩いているような気持ちになります。」お母さんはそんな心境に追い込まれます。まずはお母さんの心が和やかになるようなお手伝いをしなければなりません。そのためには、

春日井敏之さん



はじめに

京都府の中学校で二三年間勤めていました。立命館大学にきて二三年になります。四六年のちようど半分ずつです。私が二〇代後半の頃、三〇代後半の高垣さんに出会いました。三〇代で、『子どもの心によりそう中学教師』という本を書きましたが、その序文を高垣さんが書いてくれました。「大事なことは子どもや親との関わりの中で、春日井さん自身が教師として自らのなかに『人間への信頼と自ら学ぶ力』を蓄え、育てていつていることだと思えます。春日井さんを個人的に知るものとして、このことは本当に春日井さんらしいと感じます。まだ三十代の氏はもちろん完成された教師でもないし、人格者でもありません。友人としてみてみるときにおつちよ

こちよいで、しつこかったり、失敗したりいたしません」と。これが私の原点です。「しかし、あきらめずに子どもに対して素直に自分をぶつけ語っていくし、『ほんとうにごめんね』と謝ることができるので」と、教師として未熟な私を高垣さんはまるごと受け止めてくれました。そんなことを今の話を聞きながら思っていました。

「自己肯定感」と「自己否定感」

「自己肯定感」という言葉が独り歩きしていませんか。その言葉に一番反応するのは、青年教師も含めた若者たちです。小中学校の子どもは自己肯定感という言葉に反応しません。若者たちが自己否定感に苛まれています。その若者たちが、子どもの自己肯定感を育もうというのは少し無理があります。子どもの課題であり、自分自身の課題でもあるからです。教育現場で、そこをどうやって一緒に埋めていくのかとよく議論をしています。高垣さんは、カウンセラーとして、心理治療の現場でクライアントと話をします。クライアントは向こうから来てくれるから

か、相談できているのか。教師集団として自分たちはどうなんやろう、職場の同僚として自分はどんなやろうかと。子どもに求めたり問うたりしていることについて、「じゃあ自分はどんなやろうか」という問い直しをいつも自分なりにしてきました。高垣さんの本を読んで、基本的に大切なことを教育現場でどうしたらいいのかと考えながら実践してきました。

自己肯定感って言うけれど、子どもたちの自己肯定感を教師が育てる、私たちが育ててくなくてはというの、ちよつと違うなと思います。それは、家庭、地域での日常生活や学校での教育実践、例えば行事・授業・部活などへの取り組みで、子どもたちの自己決定が尊重され、助けたり助けられたりしながら展開していくなかで、子どものなかに気が付いたら育っているような感覚ではないでしょうか。高いか低いかで比較、競争をするものではありません。豊かな教育活動を展開するためには、教師が素直に自分の失敗や悩みや葛藤を語り合える職場づくりが重要です。子ども、保護者、同僚との関係のなかで、対話的、共感的な関わりと姿勢が根付き、お互いの

いいよねと話すと、学校現場には子どもたち、同僚、保護者という味方がいるじゃないかと言われます。そこが味方だと実感できないために、つる青年教師の自己否定感や孤立感を受けとめ、実践を通して子どもと一緒にひっくり返していくことを応援するのが教育現場と関わっている私たちの役割だと思っています。同時に、多職種連携が強調されていますが、スクールカウンセラーは万能の特効薬ではないし、カウンセラーに困難な子どもを丸投げするというのは現場の教師としては責任放棄です。ケース会議など、学校組織としての協働の取組みが重要です。

教育や子育ての目的は何かというと、「子どもの幸せ」の実現を応援するということです。それは、子どもの権利条約にある「子どもの最善の利益の実現」を図るということです。子どもが生まれてきてよかった、今まで生きてきてよかったと思えて、これからも生きていこうと思えること。そんなふうに、私たちも思っているでしょうか。子どもの話を聴くのが大事って言うけれど、私は同僚の話を聴けているのか。その前に、同僚に助けられて言っている

主体性と協働性が尊重されていくことで、教師にも子ども、保護者にも「自分が自分であって大丈夫という感覚」が育つてくのではないかと思います。

教師が作った「善意の枠」が子どもを追い詰めることも

今日のテーマは、「学校で愛は語れるのか」ですが、愛は語るものなのか。愛は無償で交わすものではないでしょうか。子ども、保護者、同僚など、誰と語り合うのか。子どものことを慈しみ、同僚と子どもへの思いが込められているように思います。私には、誰かから「助けて」と頼まれたら、「できる範囲で助けたい」という思いがあります。それは、同僚、子ども、保護者、学生など、これまでいろいろな人に助けられてやってこられたという実感があるからです。にもかかわらず、時として子どもと教師との関係、子どもと親との関係、助けられる側と助ける側との関係がぎくしゃくすることがあるのはなぜでしょうか。そこには、良かれと思って大人が設定し

た「子どものあるべき姿の枠」があるからです。しかも、大人が勝手に考えた子どものあるべき姿を、子どものためにという「善意の枠」として設定しているのです。子どもとのズレに気づきにくいのです。こうして教師が作った「善意の枠」が子どもを追い詰めることもあるのです。

例えば、不登校だった子どもが、一生懸命心と体の準備をして登校してくる。登校したらニコニコして、普通に過ごしているように見える。教師は子どもの内面やプロセスを見ないで、来たら元気にしているじゃないかと思える。そして、お昼くらいにやっとなられた子どもに対して、「次は朝からおいでよ」と言う。別室にやっとなられた子どもには、「次は教室に入ろうね」と言ってしまう。教師が良かれと思つて「朝から遅刻せず教室に入っている子ども」がいいという枠を設定し、不登校支援と称してその枠に入れるために、次々とハードルを設定し、子どもをまた追い込んでいく。ここでは、子どもの願いやペー
スを尊重し、子どもが「自分の枠」を設定し更新していくための指導、支援、ケアが求められているのです。

要ですが、この子どもにあった支援、この子どもにとっての最適な学び、この子どもにとっての「最善の利益」とはどうすることなのか、といった議論を丁寧にする場がなかなかない。これは、その前提として、教師が子どもの生活、願い、感情などを丁寧に聴き取っていく関係や機会が乏しいことを意味しています。小学校では、チーム学校というけれど、マンパワーが足りない。学習指導要領など理想は高いが、誰が実現していくのか、どう条件を作っていくのかという人と条件整備のための政策議論が欠けています。そんな中で一生懸命やっている教師が、心身ともに追い込まれています。構造的な問題として議論をしていかないと、個人の努力では限界があります。子どもの生きづらさを一つのキーワードとしてとらえた時に、一つには、社会構造のなかでの生きづらさ（貧困格差、教育格差など）、二つには、発達特性などの自分自身の生きづらさの両方があります。この点を理解し、個々の子ども、保護者や教師を責めるのではなく支援し、学校の教育条件や家庭、地域の環境を少しでも改善していく視点が必要
です。

また、夏休み明けには不登校の子どもが増えます。その背景の一つに、夏休みの課題の提出があります。「課題地獄で死ぬ」と言った高校生がいました。「全部出さなくていいから、半分でもいいから出すようにしましょう」は、教師の「善意の枠」ですが、それもできない場合には余計に登校できなくなる場合があります。「課題はもうしなくていいよ」という方が救いになることがあります。良かれと思つて教師が設定した枠に子どもを追い込み誘導していくというのは、極めて操作的です。子どもが「自分の枠」どうつくっていくか、それを応援していくということが大切ではないでしょうか。それが、一〇〇人いれば一〇〇通りと言われる不登校の多様化に応じた指導、支援、ケアなのです。

子ども観、指導観について 丁寧議論する場を

時代の変化、子どもの変化に対して、教師の子ども観、指導観の更新が追いついていないと思います。特に、子ども理解を深めていくケース会議の場が重

高垣忠一郎&春日井敏之対談

高垣…ひきこもりの支援をやっているNPOで親向けの話をしに行きました。あるお父さんが「親が変われば子が変わるというけど、どう変わればいいのですか?」って。親自身がこの子の問題を自分自身の体と心で向き合つて考え、答えを出していくことによって親自身が変わっていくと思います。「お父さん自身はどのように考えておられますか?」と聞いたら、「ストライクゾーンを大きくすることでしょうか?」と。ストライクゾーンが狭くなって、こうでなければならぬと思つてしまっています。

春日井…それは、親子の距離の取り方と関連しますね。たとえば、親が良かれと思つて一生懸命子育てをする。小学校までは何とか思うようにいった。中学校・高校ぐらいで親の思い通りにいかなかった。それが不登校であったり、親の言うこと聞かなくなったりとかです。こんな時、子どもが今まで親のために一生懸命やってきたことは否定しないで、これからはそれを生かしながら「自分のために頑張っ

「たらいよ」と伝えたいのです。親の方は、後半の自分の人生を自分らしく生きたい。そうすれば、子どもも安心して親にバイバイができる。そういう親子の距離の取り方の更新が大切です。同じように、教師は子どもとの距離の取り方をどう更新していったらいいのか、実践的課題だと思います。

教師は、子どもが頑張った時に「うれしい」と気持ちを支えられること。それは、子どもと同じ目線で一緒にやっているから出るひと言です。これは、子どもにとってプレッシャーではなく、励みになります。そういう子どもへの教師のかかわり方が大事なのではないでしょうか。また、教科指導、行事の取り組みなどで、教師としてやりたいことができているでしょうか。子どもと相談しながら、知恵を出し合いながら、同じ目線で子どもと一緒に創造的な実践ができていること。そこが教師も成長している大事なポイントです。チーム学校というけど子どももチーム学校の一員なので、子どもの知恵を借りることで。子どものための教育をやっているのに、当事者である子どもの意見表明権を尊重しないのは間違いです。教師のやりたいことと子どものやりた

く能力レベルで語られ、若者が新たに自己否定感を募らせていく罪作りの言葉になっているのではないかと思います。

高垣…そういうことを言っているのは「新しい教科書を作る会」の関係者。あの人たちが日本の子どもたちは自己肯定感がない。なぜかという昔侵略戦争をやったとちゃんと書いてある社会科の教科書で教えているから自分の国に愛国心が持てない。だから自分自身にも誇りを持ってないし、自己肯定感が低くなるんだ。そういう言い方で言っています。

春日井…そうした流れがあるということを前提にしてですが、まじめな若者たちが高垣さんの言う「自



己肯定感」に出会い、「これだ」と思いながらどうしたらいいのかと立ち往生しているような状況があります。卒業論文を「思春期の子どもの自己肯定感を育むために」といったテーマで、子どもと親や教師との関わり、負の体験や問題行動の意味、

いことをすり合わせていく、これがお互いの主体性と協働性を軸にした教育実践ではないでしょうか。

高垣…具合や加減を体得していく経験がなくなっている。試行錯誤で失敗しながらええ具合を加減することが今ない。カウンセリングしていた子が、学校に行っていない間、料理をしていました。親は「働きもしないで料理ばかりしている」と。「僕、スポンジケーキ作っている。難しい。具合が難しい」。混ぜ具合、やってみながら体得しているのです。

春日井…具合や加減は、失敗付きの練習を経て身に付いていくものです。しかし、社会や学校では比較と競争に拍車がかかけられ、結果の成否で「〇か一〇〇」で評価が下される。若者たち自身も、プロセスではなく、結果で自己評価をする傾向が強まってきました。一九九〇年以降の三〇年近い期間のなかで、こうした傾向は強まり、若者の自己肯定感はどうなったのでしょうか。例えば文部科学省は、中学校学習指導要領特別活動編（解説）のなかで、不登校の生徒は「自己肯定感が低い」と評価をしています。このように比較と競争のフィルターを通して評価されるとき、「自己肯定感」は存在レベルではな

自己評価と他者評価などを切り口にして書いているゼミ生が毎年いました。これほど、若者たちは「自己肯定感」にとらわれているのです。

高垣…ボクは、丸ごと自分の存在そのものを否定しているクライエントが元気になっていく、それをカウンセラーとして手伝わないといけない。そこで彼らがどうしたら元気になっていくのかということを悩んで引きずり出したのが「自分が自分であって大丈夫」という自己肯定感なんです。だから根拠があるんだよ、ちゃんと。ところが春日井ゼミで「自己肯定感」というのを言い出した学生については、その根拠がよくわからない。

春日井…根拠とは言われると、そこに共通しているのは学生たちの自己否定感が強いということです。親や教師の期待に応えようとがんばってきたけれど、親や教師は「ダメ出し」と「叱咤激励」ばかりで、存在レベルで認められたという実感がありません。そんな比較と競争のルールから降りられずにここまですべてやってきた自分と、ゼミの仲間がいるからできたと逃げずに向き合って、そこから教師をめざそうとしていくわけです。