

# 非言語のコミュニケーションスキルを磨こう

日本教育カウンセラー協会 理事 文教大学 非常勤講師 藤川 章<sup>あきら</sup>



## 子どもの不安に共感し、学級全体で言語化する

人は、大きな不安やストレスを感じると、言語化、行動化、身体化のいずれかの反応を示すと言われています。1つめと2つめは、他者や物への攻撃として発散されることが多く、3つめは体の不調やうつなどの精神疾患として現れます。それは、大人も子どもも同じです。

新型コロナウイルスは、人々に過大な不安やストレスを及ぼしています。緊急事態宣言が解除され、6月から多くの地域で学校が再開されましたが、感染への不安や生活上の制約はまだ続いています。止まっていた授業を進めることも大切ですが、学校に求められるのは、何よりも子どもに寄り添って不安やストレスに共感し、安心・安全な学びの場を整えることです。

他者に共感することは簡単にはできません。しかし、今は、大人も子どもも同じ経験をし、同じような不安を抱えているため、互いに共感しやすい状況にあります。そこで、先生も交えてクラス全員で心の内を語り合ってみるなど、不安を言語化してみましょう。不安なのは、皆、同じだと分かれば、安心感につながります。そして、不安解消のために取り組めることを一緒に考えることなどを通じて、子どもの気持ちを前向きなものへと転換できるよう、教員が手助けをしていきたいものです。

## 子どもの気持ちを「受信」するために丁寧な伝え合いを

対面授業の大きな利点は、面と向かって話すことで言葉の背後にある感情も伝え合うことができ、より深い信頼関係の構築へとつながることです。

しかし、マスク着用やソーシャルディスタンスを保つ必要性からコミュニケーションが制限され、授業がしづらいつ感じている先生が多いと思います。また、感情表現が苦手な子どもは、ストレスを抱えていても、気持ちをうまく伝えられない恐れもあります。そうした子どもと接する際は、表情の奥にある気持ちを高い感度で「受信」する力を一層高めることが求められます。

そんな今こそ、ノンバーバル（非言語）のコミュニケーションスキルを高めるチャンスです。例えば、身振りや手振りなどのジェスチャーは、コミュニケーションを豊かにするための重要な要素です。言葉による伝え合いだけでなく、そうしたノンバーバルの伝え合いも意識して子どもた

ちに接するようにしてみましょう。次第に、子どもの些細なしぐさにも着目できるようになっていきます。

そのように、教員自身が丁寧な発信や受信を心がければ、子どももそれを学んで、言葉によるいじめなど、配慮に欠けた言動を減らしていくことにもつながるでしょう。先生方にとって今回磨いた力は、事態が収束した後にも活用できる、大きな財産になっていくはずですよ。

## 行動の軸を明確にし、教員の努力を価値づける

私は、2つの中学校で校長を務めた経験から、学校のマネジメントにおいて大切だと思うことがあります。

それは、自分の軸を持つことです。心理学の専門用語に“frame of reference”（準拠枠、思考の枠組み）という言葉があります。校長が哲学や理論、信念など、自分の軸となるものを持てば、どのような事態が起きても優先順位を考え、学校を動かしていくことができます。

特に緊急事態の際には、校長は組織のメンバーである教員に対して、今、取り組んでいる業務の意義や見通しを伝えることが大切です。教員は日々の業務に加え、子どもの安全確保のための対応に追われ、ストレスを抱えているからです。校長の役割は、教員に「相談事があれば言いなさい」と一方的に伝えるのではなく、自ら教員に声をかけ、教育活動の状況や子どもたちの様子を聞き、具体的な言葉でその取り組みを価値づけたり、助言したりすることです。そうしたぶれない軸を持ち、教員を適切に評価することが、校長への信頼感を高め、学校一丸となってこの事態を乗り越えていくことにつながるはずですよ。

教育委員会には、各校の工夫や努力を学校間で共有できるよう、情報交換の場を設けるなどの支援をしてほしいと思います。そうした場が整えば、現場の教員は勇気づけられ、各校でさらなる創意工夫がなされるという、よい循環が生まれるのではないのでしょうか。

---

ふじかわ・あきら◎民間企業を経て、東京都公立中学校教諭に。並行して、東京都教育研究所（当時）の研修生として筑波大学大学院で國分康孝教授から、育てるカウンセリングや構成的グループ・エンカウンターを学ぶ。2010年、日本カウンセリング学会記念賞受賞。2校の中学校で校長を歴任。本誌2019年度Vol.3の本コーナーに登場。