

第5節 技法の学習法

1. 1人でできる基礎訓練

紙上練習法

紙に書いた生徒の発言の断片を読んで、生徒の体験の過程や気持ちを想像し、教師が自分の中で作り上げたイメージを、そのまま言語化して書く。

聴取練習法

録音された生徒の発言の断片を聴いて、生徒の体験の過程や気持ちを想像し、教師が自分の中で作り上げたイメージを、そのまま言語化して書く。

即答法

録音された生徒の発言の断片を聴いて、ただちに声に出して応答し、それを録音する。

あるいは、録音された面接を途中まで聴いて、その後自分ならどう応答するかを録音する。

2. 2人でする基礎訓練

かかわり行動の訓練

2人で組を作り、向かい合って座る。

お互いに相手の呼吸を感じとり、相手の呼吸に合わせていく。

2～3分行ったら、お互いに感想を交換する。

観察の訓練

同じ2人組で向かい合って座る。

話し手が、今朝起きてからの出来事を2～3分話す。

聞き手は、話し手の体の動きだけを真似する。

2～3分続けて、聞き手は、その気分や体の感じなどを十分味わい、交代する。

感想を交換する。

くり返しの訓練

同じ2人組で向かい合って座る。

話し手が、今の自分の気持ち、今感じていること、今心配していること、自分の性格などについて、「私は今（これこれこういう気持ち）です」と3行ぐらいで述べる。

これを聴いて、聞き手は、「あなたは今（これこれこういう気持ち）なんですね」とくり返す。この時、話し手の使った言葉をできるだけそのまま使ってください。

言い換えの訓練

同じ2人組で向かい合って座る。

話し手が、同じようにして自分の気持ちなどを述べる。

聞き手は、できるだけ話し手の使った言葉を使わないで、別の言葉で言い

換える。

要約の訓練

同じ2人組で向かい合って座る。

話し手が、少し長い目に話をする。今の気持ちだけでなく、話題の範囲を広げた方がよい。

聞き手は、話し手の言いたがっていること（気持ち）をよく聴いて、「あなたが言おうとしている（言っている）気持ちは、こういうことですね」と最も大事な点を要約して、それでいいか確認する。

専ら確認の練習に集中するように心がけ、自分の意見、理屈、評価を述べるのは絶対に避ける。

感情の反映の訓練

同じ2人組で向かい合って座る。

聞き手は、話し手の要約をするばかりでなく、その人がその時どんな感情を抱いていたか（どんな気持ちで話していたか）も付け加えて話し、その人に確認する。

3. ロールプレイ

ベーシック・ロールプレイ

ロールプレイとは、いろいろな役割について自発的で自由な演習による学習である。目的は、継続生徒を1人の人格として体験すること、襲教師として自分を相手の前に示すことを体験すること、実践の場面において処置しなければならない諸問題に気づくことなどが考えられる。

基本的には次の順序で展開する。

3人以上で1組になり、教師役（相談を聴く役）・生徒役（相談を聴いてもらう役）・観察役の役割を分担し、演習をする。

とりあげる問題は、今自分が担当している生徒の問題、過去に担当した生徒の問題、典型的特徴的な生徒の問題などが望ましい。また、保護者との問題や教師間の問題などを扱ってもよい。その場合、生徒役に当たるのは保護者や相手の教師になる。問題の概要や生徒の特徴を予め全体に話しておく。また、シナリオを書いたプリントを配付してやる方法もある¹⁶。

始め方は、教師役の「どういことでしょうか」「今日来てもらったのは～」、「話したいのは～」という言葉で始める。

テープレコーダーで録音する。

時間は20分を越えない。

終わり方は、教師役の「約束の時間がきました」で終わる。また、ロールプレイが停滞したり混乱したりした時は、指導者がストップをかける。

ロールプレイ終了後、録音を聞きながらグループで討議する。

ロールプレイ・バージョン

役割交換法

ある状況場面で役割を交換し、それぞれが互いに役割を体験する。相手の立場に立ってみることで、固定した役割行動から脱却したり、相手を知る能力を高めたりすることができる。

スイッチ法

プレイの進行過程で1～2分間ぐらいで頻繁に役割を変える。相手の声、言葉、表情、態度を真似る。お互いに双方の立場に立って考えられるようになり、絶対的に確信しているような固定した考え方を解くことができる。

ロールポジション法

いくつかの椅子に役割名をつけ、その椅子に座った時はその椅子の役割をする。1つの椅子に座っている時間は10秒前後にする。1人でやる方法、相手を1人置く方法、相手を椅子の数だけ置く方法がある。意識の上でいろいろな役割をすることによって、自分だけの立場にこだわれなくなり、それぞれの役割上の立場が深く理解できる。

ダブリング法

教師役・生徒役双方に、言葉にならない隠れた感情をとらえて表現する裏の役を設け、表の役の人の横にいて隠れた感情を声にして表現する。表の役の人の自己理解を助けたり、裏の役の人の洞察力を高めることができる。

応答制限法

現実場面の分析に立って、応答をある程度、または極端に制限する。例えば、教師役に声での応答を禁止したり、生徒役に共感してもらったと感じた時だけ話を続けるように指示する。自分の癖に気づいたり、相手の心を開かせる難しさを体験したり、効果的な面接のあり方に気づくことができる。

観察分担法

観察者の変化技法で、例えば、1人の観察者が表情・動作・姿勢・全体の印象などの非言語的な動きについて、もう1人の観察者が発言内容・表現の仕方・対話の流れなどの言語内容などを分担して観察する。

4 . 事例研究

事例研究会（ケース・カンファレンス）

事例研究会の目的

第1に、その生徒の問題の原因を探り、適切な援助や指導をすることである。第2に、色々な対応の仕方を学べることである。第3に、教師同士の間関係が深まって、チームワークができるようになることである。

しかし、資料の収集にエネルギーと時間をかけすぎて解釈をする力がなくなったり、教師が生徒や親を治してやるという指導の形に陥らないように注意しなければならない。

事例研究会の方法

a 資料を集める

生徒の問題行動の原因を明らかにするために、事例提供者が、家族や友人や他の教師、その生徒の作文や作品、心理検査などから必要な資料を集める。これだけは知らない事例を理解できないという疑問点に絞って収集する。

b 資料を整理する

次のような形式でまとめれば理想的である。

生徒についての資料

氏名（実名を記さない）、性別、学年など。

問題行動についての資料

期日を明示する。エピソード。それほど詳しく記す必要はない。

生育歴についての資料

今までの家庭生活、今までの学校生活、友人関係、エピソードなど。

資質や特徴についての資料

知能、学力、性格、体格、容姿、趣味、特技、運動能力など。

家族についての資料

家族構成（同居者を含む）、母子（父子）関係、兄弟、親の養育態度など。

相談についての資料

病歴、医療・相談機関での相談歴など。

指導の経過についての資料

担任等による今までの指導経過、生徒の反応や生の言葉や表情など。

c 仮説を立て、解釈し、方針を決める。

- ・問題を抱えている生徒をどう理解するか。
- ・本人は自分の問題をどうとらえているか。
- ・今までの親や教師のかかわり方はどうか。
- ・援助や指導はどのような方向を目指すか。
- ・それは学校で処理できる範囲か、外部の相談機関と連携するのか。
- ・学校で処理する場合に誰が担当するのか、チームを編成する時のメンバーはどうするのか。
- ・今後の指導の困難点は何か。

などを検討し、解釈し、仮説を立てて指導の方針を決める。ロールプレイを取り入れても面白い。

生徒を理解する場合は、客観的な資料を外側から読み取るだけでなく、内側の感情や意識に注目することが大切である。解釈をする場合は、勝手な憶測にならないように、解釈ができるための基礎理論が必要になってくる。また、原因と行動を直接的に結びつけないように注意する。指導の方針を決める場合は、できるだけ教育相談的な観点から考えるようにすることが大切である。

d 援助や指導を行う。

方針に従って援助や指導をする。指導がうまく行かない時は、再度仮説を立て直し方針を決める。

事例研究会の持ち方

a 事例研究会の型

希望者、有志型

事例提供者や教育相談担当者が呼びかけて、7～8人で会を開き、互いの力量を高める。

学年会、分掌型

学年、分掌単位で集まり、問題を抱えている生徒の援助や指導を考える。

職員会議型

指導上難しい面のある生徒をピックアップし、一覧表で提示し、個々の生徒の対応よりも全体の傾向を考え、教師の意識を高める。

b. 時間

1つの事例に1時間～1時間30分かける。配分は、発表に15～30分、質疑応答に15～20分、討議に30～50分ぐらいにする。

事例研究会の進め方

a 参加者の心構え

- ・事例提供者に役立つ意見を述べる。
- ・資料にないことに対して推測や憶測で意見を述べない
- ・「べき論」や現実から遊離した意見を述べない。
- ・原因を決めつけたり、原因から短絡的な結論を出さない。
- ・自分の事例や体験を語らない。
- ・1人で長時間しゃべらない。
- ・事例提供者を責めない。
- ・秘密の保持に気をつける。

b 事例提供者の心構え

- ・できれば資料は前もって配付しておく。
- ・発表の時間を守る。
- ・成功事例だけでなく失敗事例や、自分の迷っていることや悩んでいる気持ちについても素直に語る。
- ・資料を読み上げるのではなく、内容をまとめて発表したり、資料にないエピソードや、自分の生の気持ちを述べるようにする。
- ・事実の自分の感想や意見を区別して発表する。
- ・参加者の意見を謙虚に聞き、自分の意見もはっきり述べる。

c 司会者の心構え

- ・参加者や特に事例提供者を尊重する。
- ・参加者の表情や態度や姿勢などに注意する。
- ・沈黙を大切にしてい待ち、指名しない。
- ・意見をまとめようと焦らない。
- ・発言者の偏りや長時間の発言を防ぐ。
- ・参加者の意見のポイントを明確にし、不適切な発言に対しては注意を促す。
- ・自分の意見を述べることは控える。

d 事例報告会（ケース・スタディ）

終了した事例や行き詰まっている事例について、その仮説や指導方針や指導過程を報告し、参加者の意見や感想を求める。討議の中でロールプレイをするのも効果的である。参加者はすぐれた事例や失敗した事例に触れることによって、生徒の理解を深め、新たな指導の可能性を研修することができる。報告者も事例を振り返ることによって見えなかった問題に気づき、今後の指導に役立つ。

インシデント・プロセス法の特徴

「インシデント」とは「小さな出来事」「エピソード」などを意味する。参加者1人1人が問題解決の当事者となり、問題の所在を解明する質問の仕方や問題解決の能力を養うことができる。資料が短くてすみ、討議が批判的にならないので誰でも発表者を引き受けることができる。

インシデント・プロセス法の方法

第1段階 インシデントを調べる（約5分）

発表者が参加者にインシデントを書いた資料を配付する。インシデントは3行程度で、1分くらいで読め3分以内で内容を説明できる程度の短いものにする。ただし、事例全体に対する手掛かりになるようなものが望ましい。

第2段階 背景となっている事実を集め、まとめる（約40分）

参加者1人1人が、問題解決に関係があると思われる質問を発表者にして、事実を集めて事例を組み立てる。

参加者が質問する時の留意点は次の通りである。

- a 事項ごとに簡潔に質問する。
 - b 質問を独占しない。
 - c 1度1つだけ質問する。
 - d 大きな抽象的な質問はしない。
 - e 質問が重複しないように、メモしておく。
 - f 発表者に対して批判的な質問はしない。
 - g 発表者に意見を求めない。
- 発表者が回答する時の留意点は次の通りである。
- h 事実をありのままに回答する。
 - i 質問からそれた事柄を回答しない。
 - j 推測や意見は原則として言わない。
 - k 発表者がとろうとしている（実際にとった）対応は言わない。

第3段階 当面の問題点をしぼる（約10分）

インシデントと集めた事実をもとにして当面の問題をしぼる。問題を多く出すと焦点がぼけるので注意する。また、この段階では対応まで考えない。

第4段階 当面の問題についての対応を考える（約40分）

問題は同じでも対応はいろいろあるので、よく討議する。そして、発表者が実際に実行したり考えた対応と、その後の経過を発表する。

第5段階 何を学んだかを検討する（約10分）

事例全体を振り返って、この事例から、また参加者お互いから何を教訓として学び取ることができたかを考える。助言者がいる場合は、成果について講評を受ける。

基礎文献

< 自己洞察技法 > は 、 < 論理技法 > は 、 < 行動技法 > は を基礎文献にしている。

- E. アイビィ 国分久子他訳 1985 『マイクロカウンセリング』誠信書房
国分康孝 1979 『カウンセリングの技法』誠信書房
内山喜久雄・高野清純・田畑治 1984 『カウンセリング』日本文化科学社
国分康孝 1987 『学校カウンセリングの基本問題』誠信書房
中沢次郎・林潔・清野美佐緒 1975 『行動カウンセリング』川島書店
武田建 1984 『カウンセラー入門』誠信書房

引用文献

- 1 鑪幹八郎 1977 『試行カウンセリング』誠信書房, Pp42-56
- 2 河合隼雄 1970 『カウンセリングの実際問題』誠信書房, p77
- 3 河合隼雄 前掲書, p79
- 4 片山交右・吉本武史 1990 『この世はすべて催眠術』アニマ2001, p77
- 5 佐藤久三郎 1981 『ニュー・ロールプレイング』ダイヤモンド社
- 6 片山交右 前掲書, p70 , Pp251-254
- 7 野田俊作監修 1986 『実践カウンセリング』ヒューマン・ギルド出版部 , Pp86-87
- 8 F.S. パールズ 倉戸ヨシヤ監訳 1990 『ゲシャタルト療法』ナカニシヤ
- 9 片山交右 前掲書, p69 , p89
- 10 片山交右 前掲書, Pp85-878
- 11 F.S. パールズ 前掲書, Pp146-149
- 12 東山紘久 1986 『カウンセラーへの道』創元社, p106
- 13 片山交右 前掲書, Pp108-120
- 14 倉石精一編 1973 『臨床心理学実習』誠信書房, Pp211-231
- 15 片山交右 前掲書, p50,57
伊東博 1983 『ニュー・カウンセリング』誠信書房, Pp331-348
- 16 国分康孝 1987 前掲書, Pp109-111,122-127
- 17 佐藤久三郎 前掲書, Pp30-48

参考文献

- ロロ・メイ 黒川昭登訳 1960 『カウンセリングの技術』岩崎学術出版社
田畑治 1982 『カウンセリング実習入門』新曜社
上地安昭 1990 『学校教師のカウンセリング基本訓練』北大路書房
国分康孝 1980 『カウンセリングの理論』誠信書房
小泉英二 1978 『続学校教育相談』学事出版, Pp83-149
今井五郎 1986 「事例研究会のもち方とすすめ方」
(今井五郎編『学校教育相談の実際』学事出版, Pp233-255)
日野宜千 1988 「校内研修」
(全国教育研究所連盟編『学校教育相談のとらえ方・学び方・進め方』ぎょうせい, Pp85-99)
中野武房 1991 「事例研究の進め方、持ち方」
(『月刊学校教育相談 6月増刊』学事出版, Pp76-87)