

アンガーマネジメントに関する校内研修（中学校）

本研修案は、生徒指導主事が5月に参加した「生徒指導研究協議会」の午後の演習とほぼ同じ内容です。生徒指導主事とスクールカウンセラーが相談の上、各々が役割分担をするなど、自校の実態に応じ、臨機応変に研修を企画、運営してください。

1 研修のねらい

事例を通して「キレル」子どもの心の状態と対応の仕方について理解し、アンガーマネジメントの考え方を日頃の生徒指導に生かそうとする。

2 事前準備

(1) グループ編成（同学年、3～4人が望ましい）

(2) 配付物の印刷

- ・資料①「キレルとは・アンガーマネジメントとは・活動の振り返り」
- ・資料②「欲求と表現方法」、資料③「キレやすい考え方」
- ・資料④「事例（中）」
- ・資料⑤「できごとを一連の流れで整理するシート」（事前に記入しておく箇所は、生徒指導主事とスクールカウンセラーが相談して決める）
- ・資料⑥「アンガークラウド（中）」（事前に記入しておく箇所は、生徒指導主事とスクールカウンセラーが相談して決める）
- ・資料⑦「生徒指導研究協議会 講演資料」（必要に応じて）

3 活動の流れ

段階	活動の内容	留意点	時間
導入	○アンガーマネジメントについての説明 資料①「キレルとは・アンガーマネジメントとは」、資料②「欲求と表現方法」、資料③「キレやすい考え方」を使用する。	□研修時間を60分以上確保できる場合は、資料⑦「生徒指導研究協議会 講演資料」（生徒指導主事が伝達したい箇所）も配付して、生徒指導主事が説明する方法も考えられる。 ・全体	10分
展開	○資料④「事例（中）」についての分析（資料⑤「できごとを一連の流れで整理するシート」を活用） 「事例を読んでから、シートに示されている流れに沿って、A先生のそのときの気持ちを考えてみましょう」	□研修時間を60分以上確保できる場合は、この活動を取り入れるとよい。 ・個人 ・グループ □この活動を行わない場合は、資料⑤の「記入済シート」を配付する。	10分 10分

	<p>○資料④「事例（中）」についての分析（資料⑥「アンガーチャート（中）」上半分を活用） 「事例を読んで、「アンガーチャート」の「できごと」と「考え方・とらえ方」、「不適切な行動と結果」の欄に当てはまる内容を記入しましょう」</p> <p>○資料④「事例（中）」についての対応検討（資料⑥「アンガーチャート（中）」下半分を活用） 「道夫君の言動に対して、「できごとを一連の流れで整理するシート」を参考にして、考え方やとらえ方を変えて見てみましょう。また、適切な対応方法についても考えてみましょう」</p> <p>○事例に対する対応について解説</p>	<p>□研修時間の確保が難しい場合は、この活動は割愛する。</p> <p>□必要に応じて、生徒指導主事が資料⑥「アンガーチャート（中）」の記入の仕方について説明する。 ・個人 ・グループ</p> <p>□必要に応じて、生徒指導主事が資料⑥「アンガーチャート（中）」の記入の仕方について説明する。 ・個人 ・グループ ・全体（先生方が考えた内容や残りの時間によって、発表してもらおうグループ（数）を決める。）</p> <p>□必要に応じて生徒指導主事が「生徒指導研究協議会」の演習の際に検討した内容を伝える。 ・全体</p>	<p>10分 5分</p> <p>10分 10分 5分</p> <p>2分</p>
終末	<p>○活動の振り返り 「学んだこと、これからの生徒指導に生かせそうなことをグループでシェアリングしましょう」</p> <p>○SCのまとめ</p>	<p>□時間があるようなら、個人で資料①「キレるとは・アンガーマネジメントとは・活動の振り返り」に振り返りを記入する時間を取る。 ・グループ ・全体</p>	<p>3分 5分</p>

4 引用・参考文献

『キレやすい子へのソーシャルスキル教育 教室でできるワーク集と実践例』
『先生のためのアンガーマネジメント』
著者 本田 恵子 発行 ほんの森出版

1 キレるとは

- (1) 何らかの理由で自分の感情が平常の活動を続けられなくなった状態、つまり、自分の感情・思考・行動をコントロールできない状態。
- (2) 自分の感情や行動をコントロールできないため、人間関係がキレてしまった状態。

2 アンガーマネージメントとは

(1) アンガーとは

様々な感情が混濁した結果生じる衝動的なエネルギー。

単なる「怒り」ではなく、悲しみや悔しさや苛立ち、焦燥感、嫉妬など、いろいろな気持ちを含んでいる。

(2) アンガーマネージメントとは

行き場のないエネルギーが衝動的に暴走しないよう、行動を自らの意思でコントロールすること。

自分が「何を感じているのか」「それは誰に向かっているのか」「どの程度のものか」について適確に理解した上で、自分の意思で行動を決め、正しい形で実現し、さやに収めることを目指す。

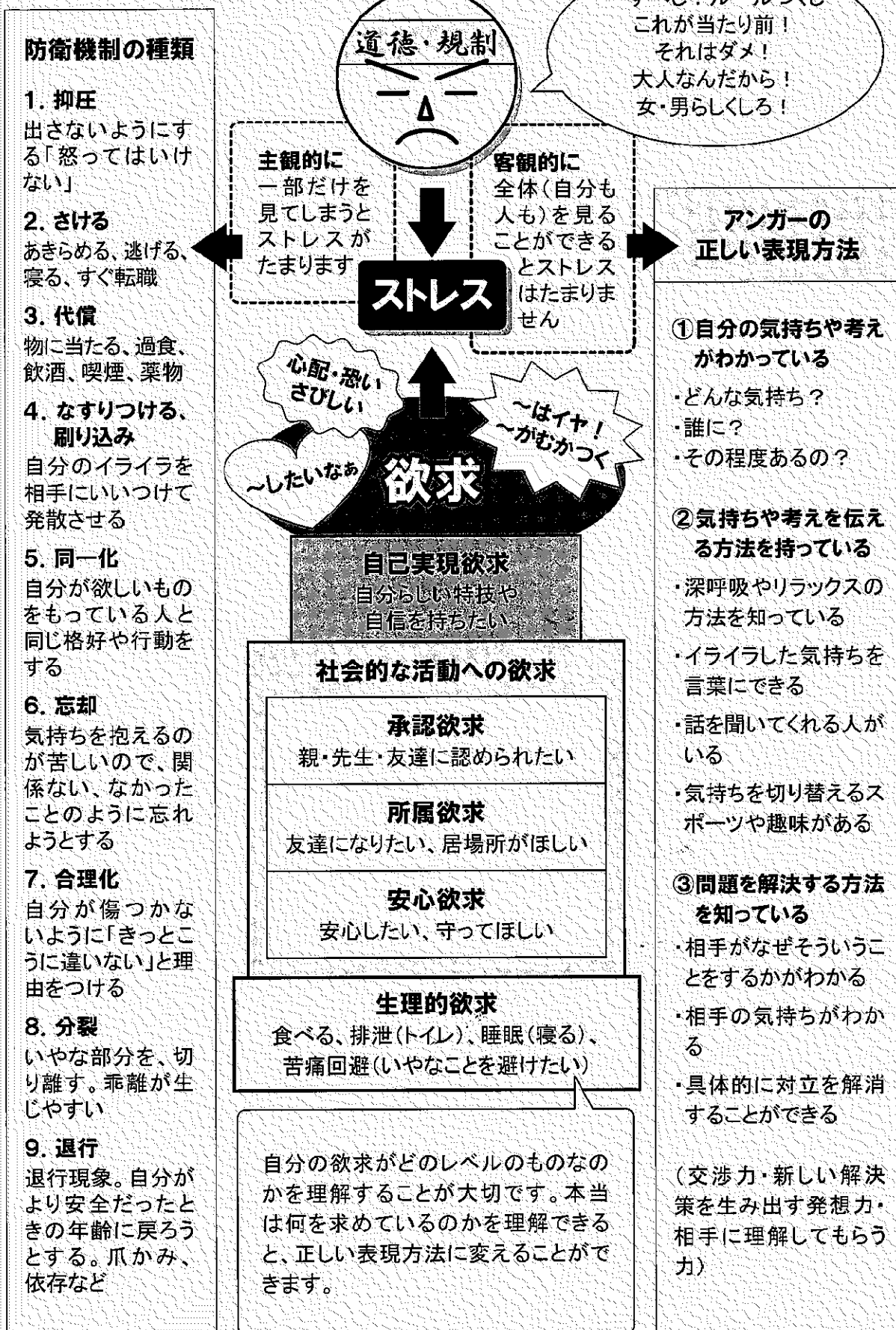
『キレやすい子へのソーシャルスキル教育 教室でできるワーク集と実践例』

著者 本田 恵子 発行 ほんの森出版

○活動の振り返り

「学んだこと、これからの生徒指導に生かせそうなこと」

図1 欲求と表現方法



キレイやすい考え方

1) Black or White

良いか悪いか（判断基準は自分の価値観）の結果で判断する。

例：試合は勝つか負けるかだ。試験は合格しなければ意味がない。

2) 完ぺき主義

自分の完成像に完全に一致させようとする。予定通りの行動、結果を求める。

例：全員が静かにならないと授業を進めたくない。

授業が授業案通りに終わらないと延長してでも終わらせようとする。

3) 「～ねばならぬ」「～べき」思考

自分に対しても人に対しても一方的な理想を押し付ける。

①他者への期待が高いのに、相手には具体的に伝えていないで暴言・暴力になる場合

②自分自身への期待が高く、できない自分を追いつめてイライラするケースがある。

例：①「私がイライラしているのは、顔を見ればわかるだろう（顔を見ればわかるべき）」

「養護教諭は、生徒の情報を担任に伝えるべき」

②「教師は生徒にいうことを聞かせなくてはならない」

「教師はこうあるべき」

4) 過度な一般化

一つのできごとを証拠として、みな同じ結果になると一般化すること。ものごとを分けて考えることが苦手な人が陥りやすい。

例：この子が良くなれば、クラスは良くなるはずなのに。

1回保護者に電話口でどならただけなのに、その保護者はいつでも怒るから電話したくないと思込む。

5) 過大・過小評価

できごとを必要以上に大げさ、またはささいなことと受け取る。

（事実をまげて、自分を不必要に追いつめたり、甘やかしたりする考え方）

例：過大（ちょっとしたミスに対して注意されたら）「どうしよう。もうおしまいだ」

過小（生徒が不登校になりかけているのに、「よくあることだから」と放置する）

6) ひねくれ・被害的

好意かもしれないのに、相手に悪意があるものと考えて、被害的に受け止める。

例：「あいつはわざとやったんだ」「私ばかり注意して、先生はきらっているんだ」

（相手が失敗したことや、無視したことに、相手なりの事情があると考えない）

7) なすりつけ・他罰

授業についてこれない生徒に対し「発達障害を放置している保護者が悪い！」と保護者のせいにして、自分の授業は工夫しない。

8) トンネル

視野が狭くなり、周りが見えなくなりがちな考え方です。「誰も助けてくれない」「もうだめだ」「これがずっと続くんだ」と自分で自分を追い込んでしまう。

9) とらわれ・のっとられ

気になることを何回も繰り返し考えてしまい、他のことが手につかない。

言われたことばを、何度も頭の中で繰り返して自分に言ってしまうなど。

<中学校>

事例「大人を極端に警戒する道夫くん」

この中学校では、毎日のようにものが壊れます。廊下の蛍光灯が割れていたり、トイレにいたずら書きがあったり、教室のロッカーのドアもへこんでいます。体育館倉庫ではライン引きがぶちまけられていることもあります。

先生たちには道夫くんを中心とするグループがやっていることはわかっており、呼び出しでは注意を繰り返していましたが、その場では「わかりました」と言うものの、いっこうに変化がありません。

そしてある日、1年生の廊下に飾られていた作品が踏み荒らされていたのです。放課後でしたが、見ている生徒がいたので、すぐに道夫くんたちの仕業だとわかりました。担任が確認するとあっさりと認めたので、1年生の担任の先生に謝罪に行かせることになりました。

1年生のA先生は赴任して2年目。学級経営に熱心で、教室はいつも整理しています。放課後、教室で待っていると、道夫くんのグループがやってきました。が、その態度がA先生を激昂させました。制服のシャツはズボンの外に出ており、上履きのかかとを踏んづけたまま両手をポケットに入れてぶらぶらとやってきたからです。

4名のグループでしたが、2名が先に教室に入ると、A先生はいきなり2名をどなりつけました。「それがあやまりに来る態度か！」と。ビクッとした2名は、そそくさとシャツを直しましたが、「お前もだ！」と指摘され、道夫くんは「はあっ？」と首をかしげてA先生を見下ろすと「ばかじゃねえの。すぐ熱くなりやがって」とぼそっと言いました。

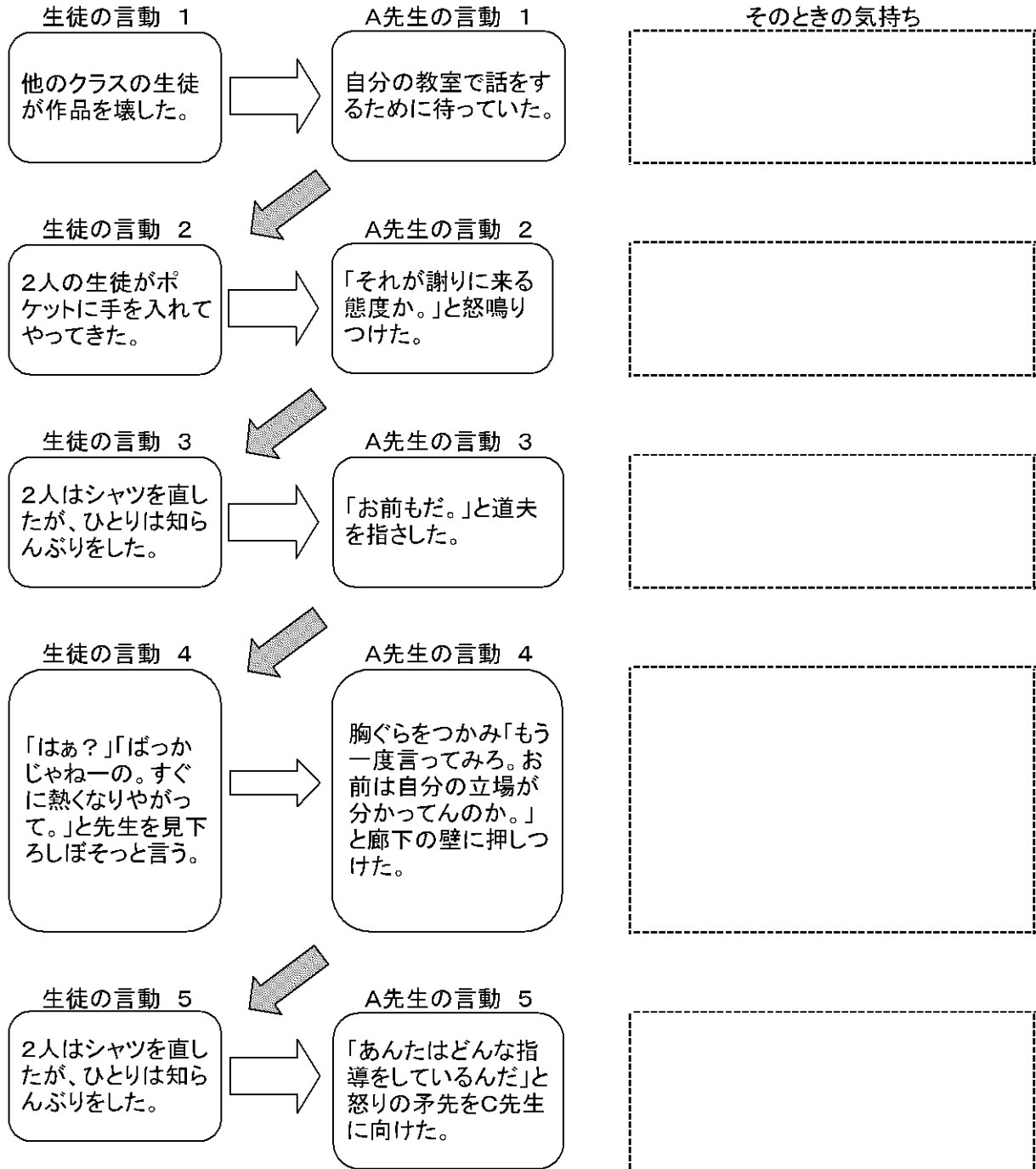
A先生は道夫くんの胸ぐらをつかむと、「もう一度言ってみろ。君は自分の立場がわかっているのか！」と、道夫くんを廊下の壁に押し付け始めました。A先生の怒鳴り声を聞きつけた2年生の担任C先生と1年生の主任のB先生が駆けつけて2人を引き離しましたが、もう謝罪どころではありません。

A先生はC先生に向かって、「あなたはどんな指導をしているんだ！」と怒りの矛先を向けてしまいました。

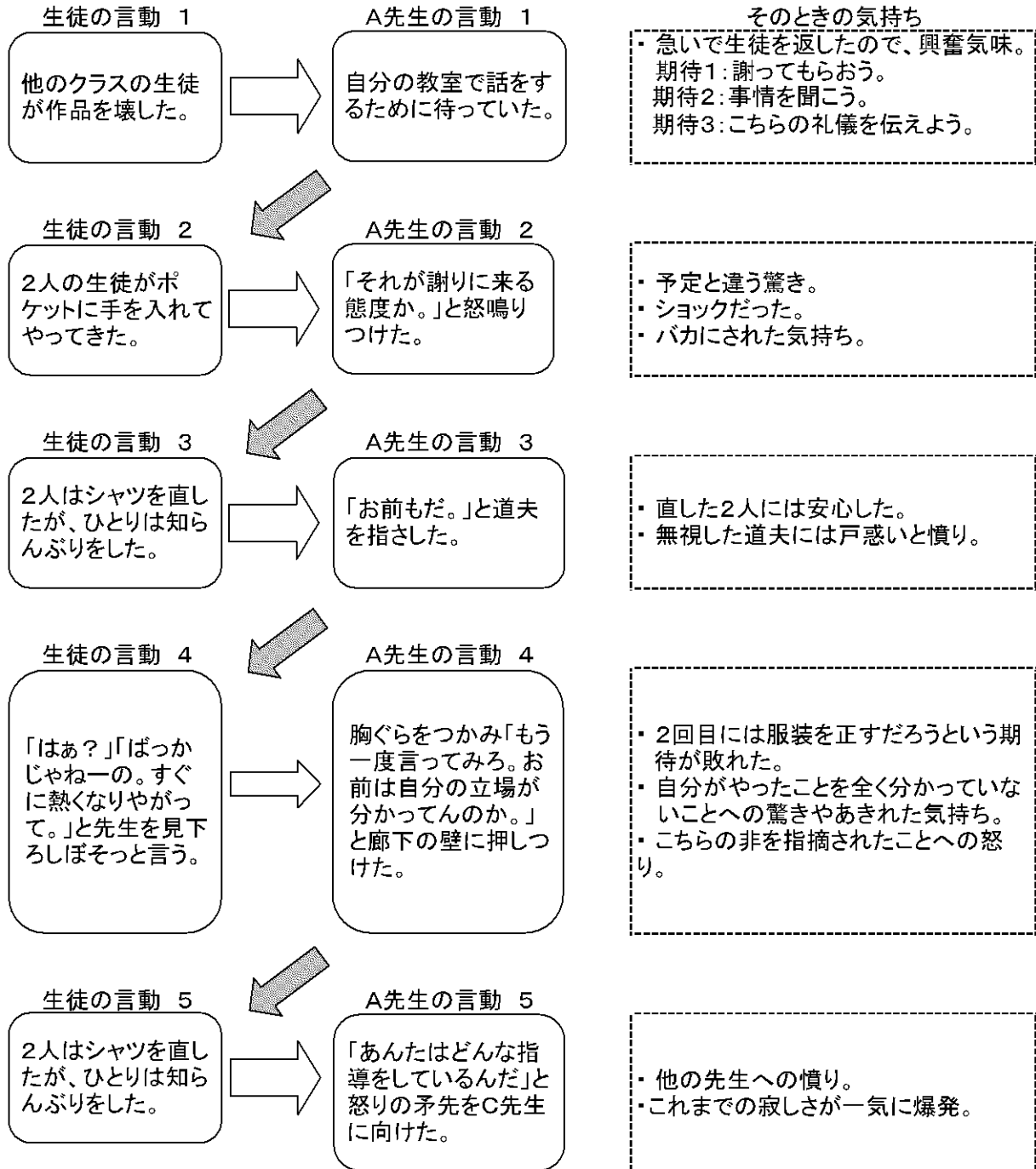
後刻、C先生に道夫くんたちの対応を頼み、主任がA先生と別室に移動して振り返りをする中で、A先生がカッとなった経緯を、アンガーチャート（別紙）にまとめてみました。

参考資料：早稲田大学 木田忠子教授 著
「先生のためのアンガーマネジメント」

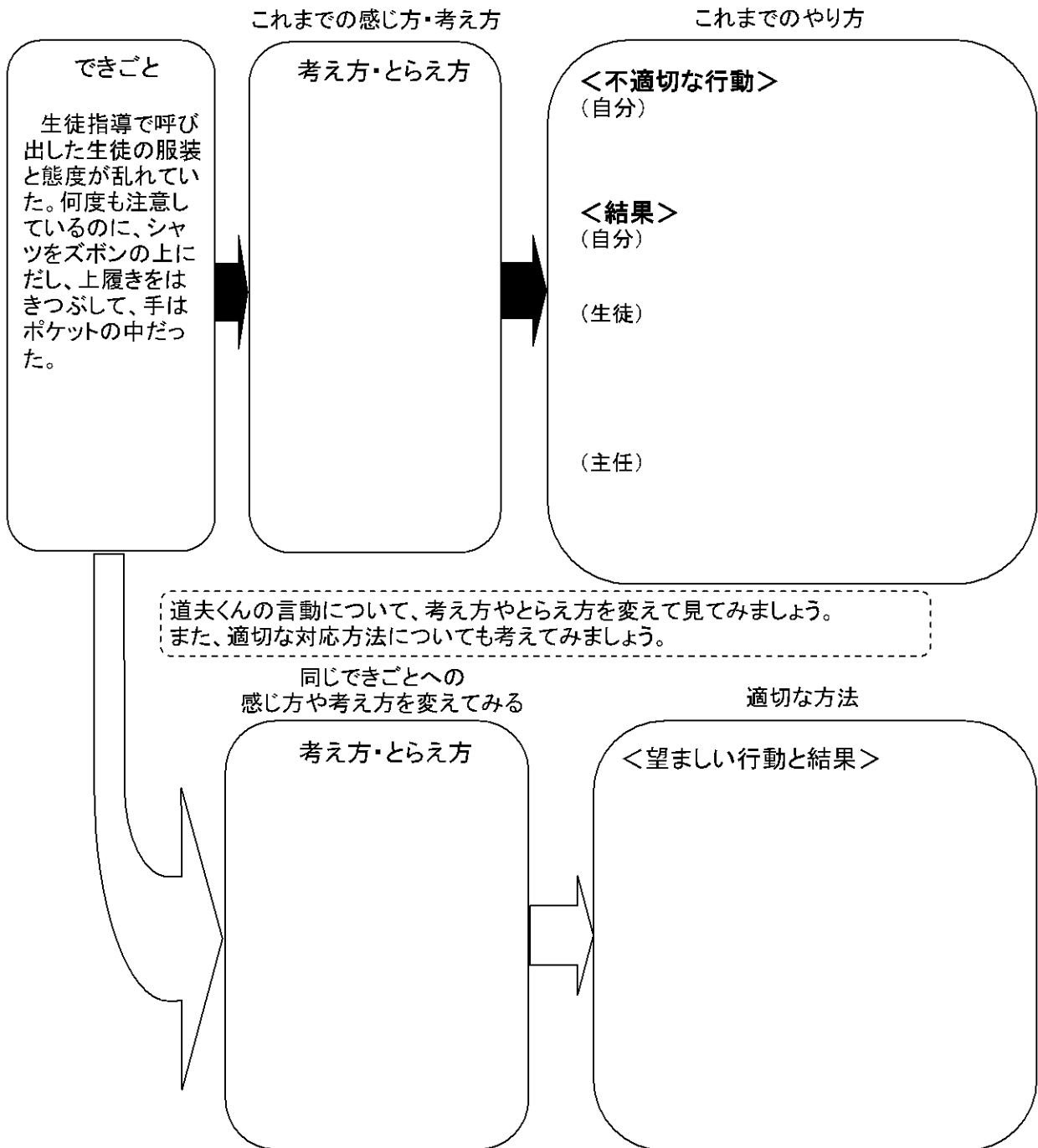
<中学校事例> できごとを一連の流れで整理するシート



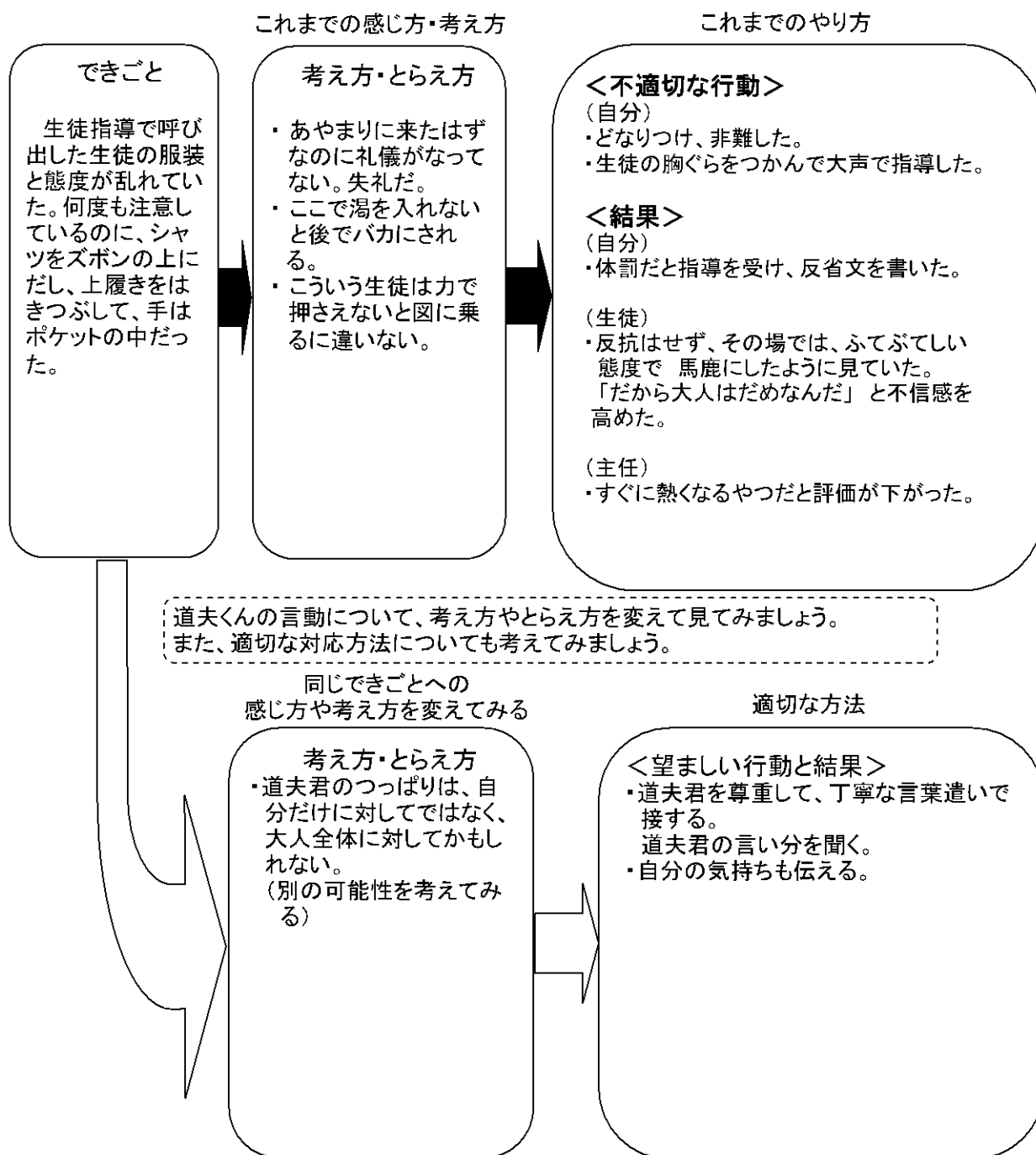
<中学校事例> できごとを一連の流れで整理するシート



<中学校>事例:「大人を極端に警戒する道夫くん」



<中学校>事例:「大人を極端に警戒する道夫くん」



感情のコントロールが苦手な青少年の アンガーマネジメント

早稲田大学 本田恵子

I なぜ、キレルの？

- 1) 感情の自然な流れがキレてしまう状態
- 2) 人間関係を断ち切ってしまう状態

2 アンガー状態って何ですか？

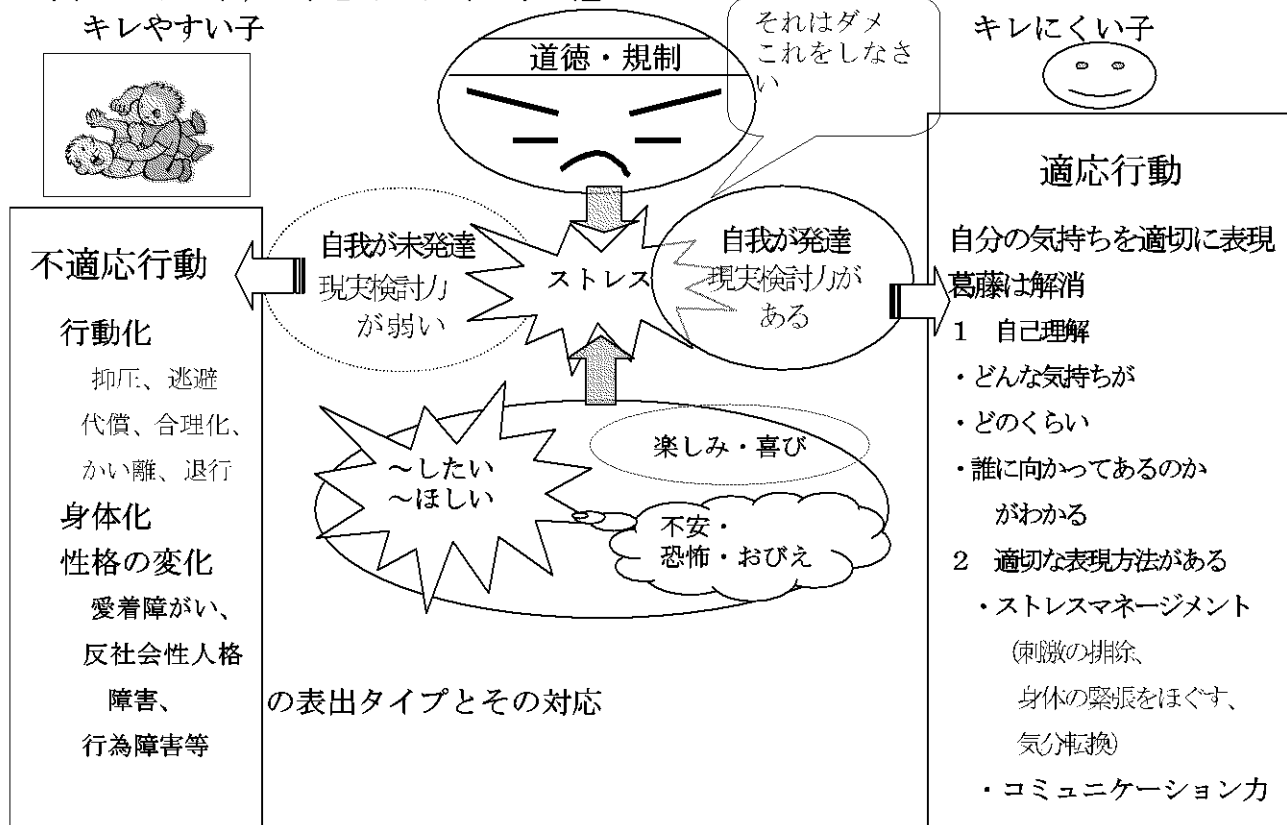
1) アンガーは、いろいろな感情が入り混じった「混沌とした状態」のこと

- ① 身体が反応する（血圧上昇・下降、体が熱くなる・冷たくなる、頻脈・除脈等）
- ② 状況をマイナスに捉えやすくなる（もうだめだ、あいつは敵だ、どうせ私なんて誰も相手にしてくれない、やったって無理だよ 等）
- ③ 自暴自棄な表現や行動をとりやすくなる（あきらめる、逃げる、八つ当たり等）

2) アンガーマネジメントの目的

- ① ストレスマネジメント力をつける
- ② 状況の捉え方を変える方法を学ぶ
プラスにとらえるために、視野を広げる、見通しを立てる、視点を変える
自分の欲求と折り合いをつけるための「なっとくのりくつ」を学ぶ
- ③ ソーシャルスキルを学ぶ
仲間入り、仲間の維持、仲間の発展

図1 キレやすい子とキレにくい子の違い



(爆発型—ADHDタイプ)：突然、爆発します。が、その後はさっぱりしています。

暴力、暴言、等がとまらなくなるタイプです

(対応) 刺激の排除、タイムアウト、ストレスマネジメント (深呼吸、体の緊張を緩める)

(パニック型—PDDタイプ)：不安、猜疑心が強い。自分が攻撃されそうになると先制攻撃をします。

(対応) 相手が安心できるように、立場を明確にし、行動の見通しを立てる

ストレスマネジメントは、体の緊張を緩める、気分転換をして身体を温める

(じわじわ型—LDタイプ)：おとなしい溜め込みタイプ、限界値に達すると大暴れをしその後、落ち込みます。大人の場合は、自分を責めたり、お酒がはいると大爆発になるタイプ

(対応) 感情のモニター、黄色信号でストレスマネジメントをする

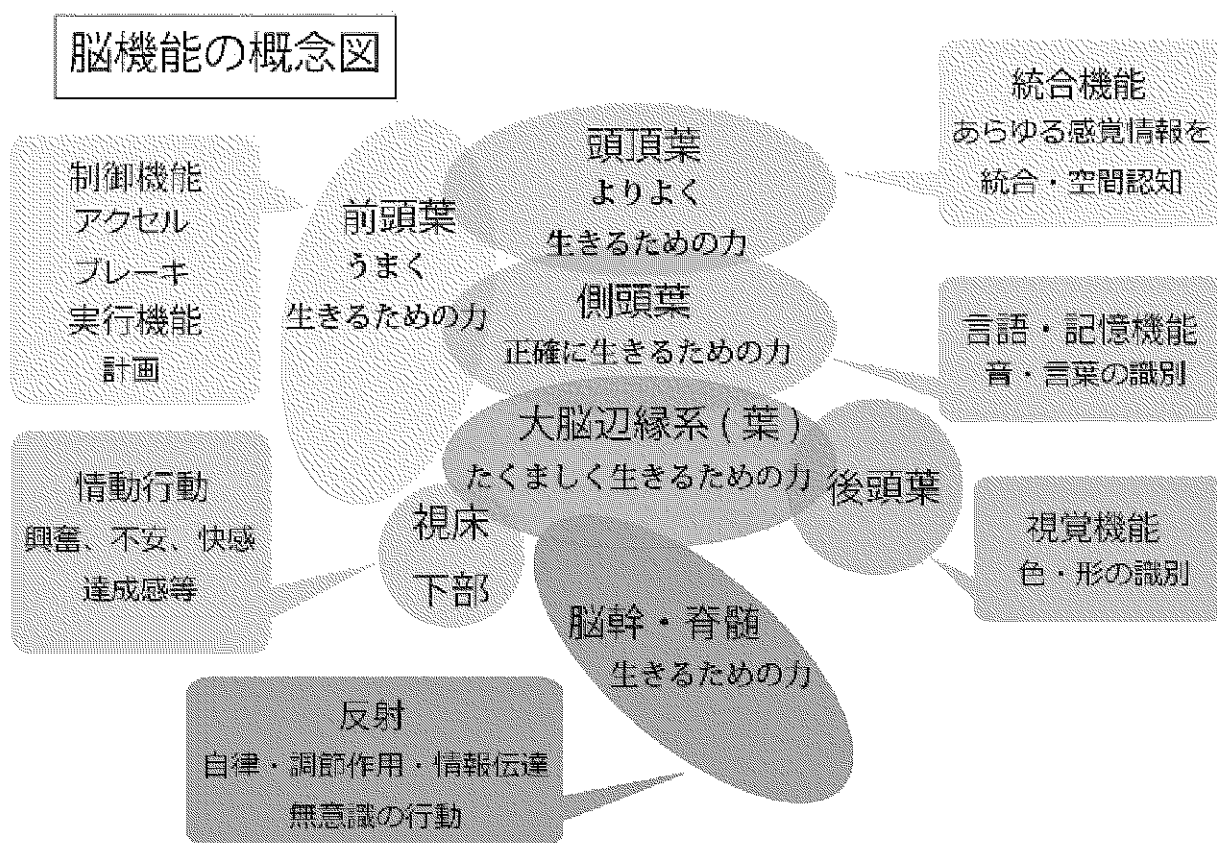
助けを求める力をつける、自分から声をかける勇気を持つ

(ねちねち型—愛着障害タイプ)：嫉妬や恨みを特定の相手に執拗にぶつけていきます。

いじめ、ストーカー的に心理に入り込むタイプ

(対応) 認知変容、正しい人間関係の作り方を教える (真ん中の関係)

4. 脳の発達と感情のコントロールの関係



5. 生徒がキレやすくなっているときにやってはいけないこと（NG集）

- ★ 事実を確認しない前に決めつける：「あなた、～したんだって」「話聞いて無いでしょ」
本当は？ 不安で確認したい。 → 「何があったの？」What で聞きましょう
- ★ 自分の感情で相手を非難する：「なんで そうなるの？」「どうしてそういうこと言うわけ？」
本当は？ 残念。 → 「先生、悔しいな。次はがんばってほしいな」
- ★ ものごとを否定的に関連付ける：「ここちがう」「こないなら、給食かたづけるよ」
本当は？ やってあげたい。 → 「ここ見て」「今来たら、そうじ間に合うよ！」
- ★ 過去のことを持ち出す。 → 「やるっていったって、この間もやんなかったじゃない」
本当は？ 信頼したい、けどちょっと不安 → 「やる気になったんだね。できるといいね」
- ★ 本当の気持ちと反対のことを言う：「勝手にしなさい」「やる気ないんだろう」「ダメなやつ」
本当は？ がんばってほしい。 → 「そうか。」「先生はがんばってほしいんだけどな」
- ★ 言い訳する「だって」「あなたが、～するから、こうなった」「私は、ちゃんとやってる」
本当は？ 自分の言い分を聞いてほしい → 「説明していいですか？」
- ★ 自分の経験で問題解決をしてしまう：「それは、こうやるんだよ」「〇くんの時は～した」
本当は？ 早く問題が解決したい → 「これまでやってて、上手くいったところは？」
「どこを変えるといいかな？」（下の、上手な問題解決の仕方を見てください）
- ★ 肯定してから、否定する「いいよ、でも、これはダメ」
本当は？ いい方法をアドバイスしたい → 「いいよ。じゃあ、ここをこうしてみたらもっとよくなるんじゃないかな」

6 心を開いてもらうステップ

ステップ1 ドアを開けるための準備

- ☆ 教員が「何を話したいのか、やりたいのか」を伝える →
子どもは見通しが立つと安心して逃げなくなります。
- ☆ 「私」メッセージを使う → 子どもが安心して聞けるようになります
例：「私は、あなたの味方だよ。」「このことについて、～が伝えたいんだ」
「そんな風にしてるの見てると心配だな。」「いっしょに解決したいんだ」など

ステップ2 相手の言い分を理解する

1) 相手の言い分を共感的に最後まで聞く

- ☆ 子どもの話を途中でさえぎらずに、最後までしっかりと聞く姿勢を持つ
話すことで、すっきりする子もあります。また、最後まで聞いてみると、相手が言いたいことの全容がわかりやすくなります。
- ☆ 「聞いているよ」というメッセージを伝えながら、聞く
うなづく、あいづちをうつ、相手の方を見ている、～ながらはしないなど

2) わからないことを、あいまいにしないで、「質問する」

☆ 主語がなかったり、主観的でわからないことは、「誰が?」「それはいつのこと?」「あなたはそういわれて、なんて思った?」「あなたは 何をしたの?言ったの?」等、客観的な事実を整理するように聞きます。

3) 相手の言葉の背景にある、「本当に伝えたいこと」が何かに注目する。

☆ できごとを一連の流れで聞いてみる

☆ 言い換えてみる

太郎「学校になんて もういかない」

親・先生 「太郎にとって 学校はそんなにつらい場所だったんだね」

4) 自分の理解が正しいかを聞いてみる

親・先生「今の話は こういうことで あってる?」

☆ ここまでの準備ができてから 問題解決です。ボタンのかけ違いは、相手の言い分を表面的に聞いてしまったり、見せている態度を誤解したりすることから始まります。ウォーミングアップしてからステップ3に入ってください。

ステップ3： 具体的な解決策を探す

- 「これをしようとしたんだね」 行動の目標を明確にします
- 「ここまで やったんだ」 到達したところまで理解します
- 「何が 起こったんだろうね」 分析の姿勢を示します
- 「ここを変えるといいんじゃない?」 変容の場所を示します。
- 「どこまで、できるようにになりたい?」相手の目標を聞きます。
- 「そのために、どうしようか」到達するための方法を考えます。
- 「私にできることは、ある?」相手が、何を求めているかを尋ねます。
- 「〇日にまた相談しよう」 相手を信頼して待ちます。結果を確認する日を約束します

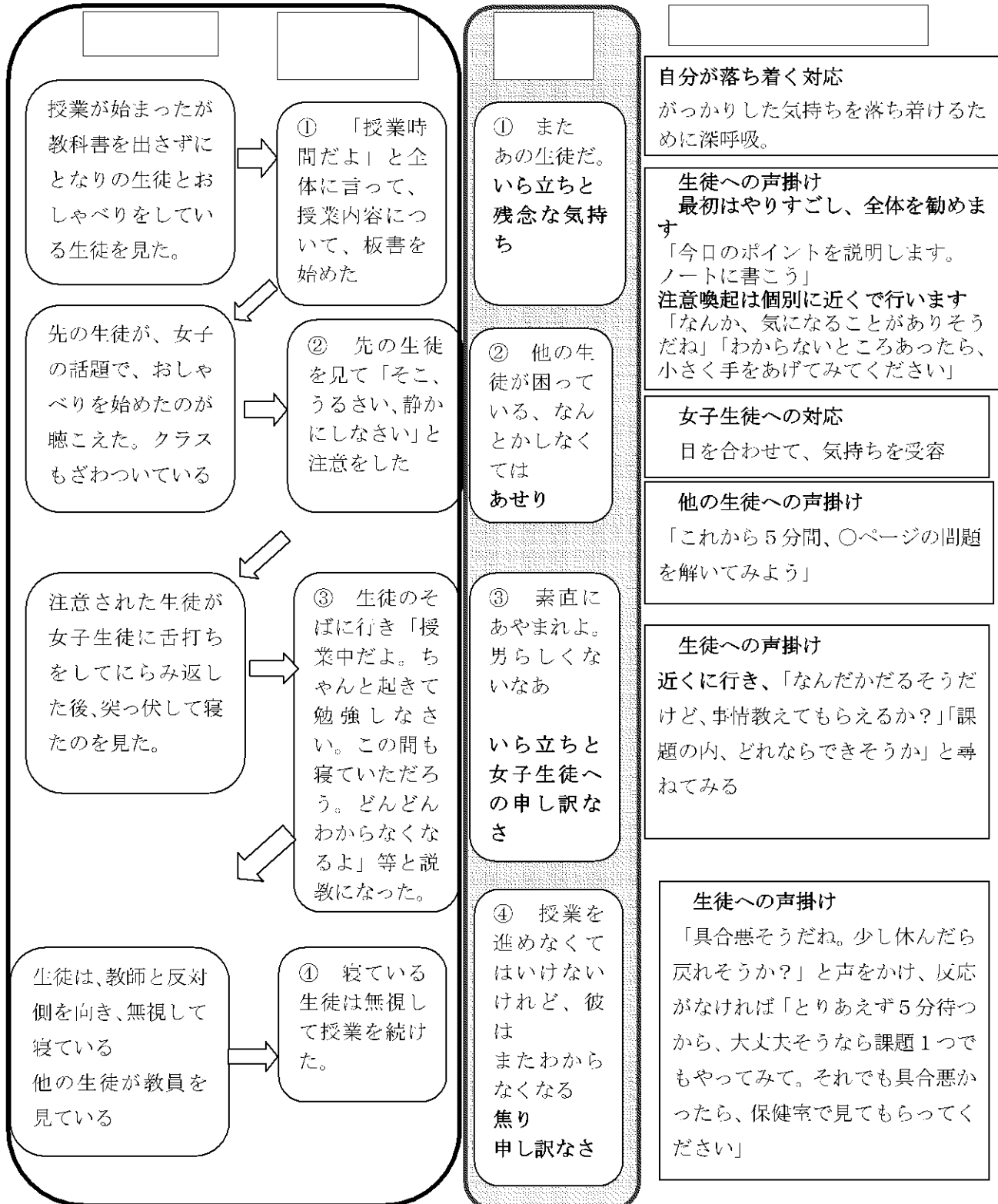
8. 学校でのアンガーマネジメントの実践方法 1 (現場での対応)

- ステップ1：興奮を収める (ストレスマネージメント)
 ステップ2：できごとを振り返る (一連の流れで聴くシート)
 ステップ3：ストーリーの見直し (客観的にできごとを見直す)
 ステップ4：具体的な解決策を考える (ソーシャルスキルカード)
 ステップ5：15分程度で 教室に帰す

できごとを整理するシート1 (反抗的な生徒への対応)

目に見えるできごと

見えない気持ち



(記入例) 出来事を整理するシート

(児童生徒が落ち着いた段階で、本人に対して行うアンガーマネジメント)

ステップ2：できごとを一連の流れで整理してみます。

(小学生の例)

刺激となるできごと1	生徒Aの反応1	生徒Aの気持ち	Aくんがその場で 行う適切な行動
雨で、外遊びができない	走り回っているうちに友だちがオセロをやっている机にぶつかってバラバラにしてしまった		
刺激となるできごと2	生徒Aの反応2		
友だちが、「止めて！」と大きな声で言った。	「わざとじゃないもん！」と叫んで逃げた後、担任の先生にしがみついた		
刺激となるできごと3	生徒Aの反応3		
担任の先生が忙しくてそばにいても、「待ってて」と言われた	先生をけとぼして「ばーか。ぶーす」と言って逃げた		
刺激となるできごと4	生徒Aの反応4		
見ていた学生ボランティアが迫いかけて、「今は、いけないことばだよね」と言って、担当の職員のところ連れてゆき、謝らせた	ぶすっとしていたが、担任の先生がこちらを向いてくれたので、機嫌がよくなった		

II アンガーマネジメントプログラムの進め方

1 プログラムの種類

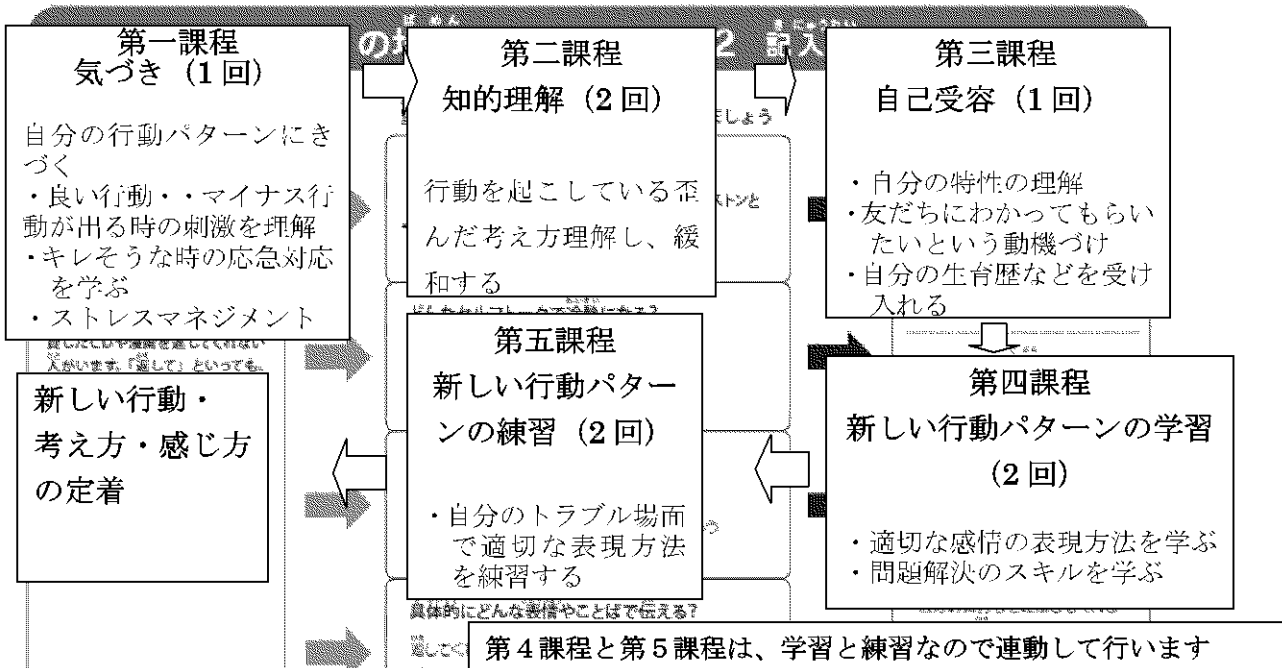
アンガーマネジメントには、支援者向けと対象者向けがあります。

1) 支援者向け：

興奮している対象者に巻き込まれない様に、自分が対応を冷静にする方法
「先生のためのアンガーマネジメント」参照

2) 生徒向け：「キレイやすい子へのアンガーマネジメント」参照

時間をかけて、対象者の物事のとらえ方を変え、正しい感情の表現方法を教えるものです。5～15回程度で実施します。



この場面どうする？ 1-1

① 出来事に対して、望ましい結果を考えます。自分はどうやりたい、相手はどうやってほしい
② そのために、何が出来るかを、ストレスマネジメント・セルフワーク・ソーシャルスキル (具体的な言葉と行動) を考えます。

できごと

②望ましい結果にするために
自分が出来ること

③望ましい結果

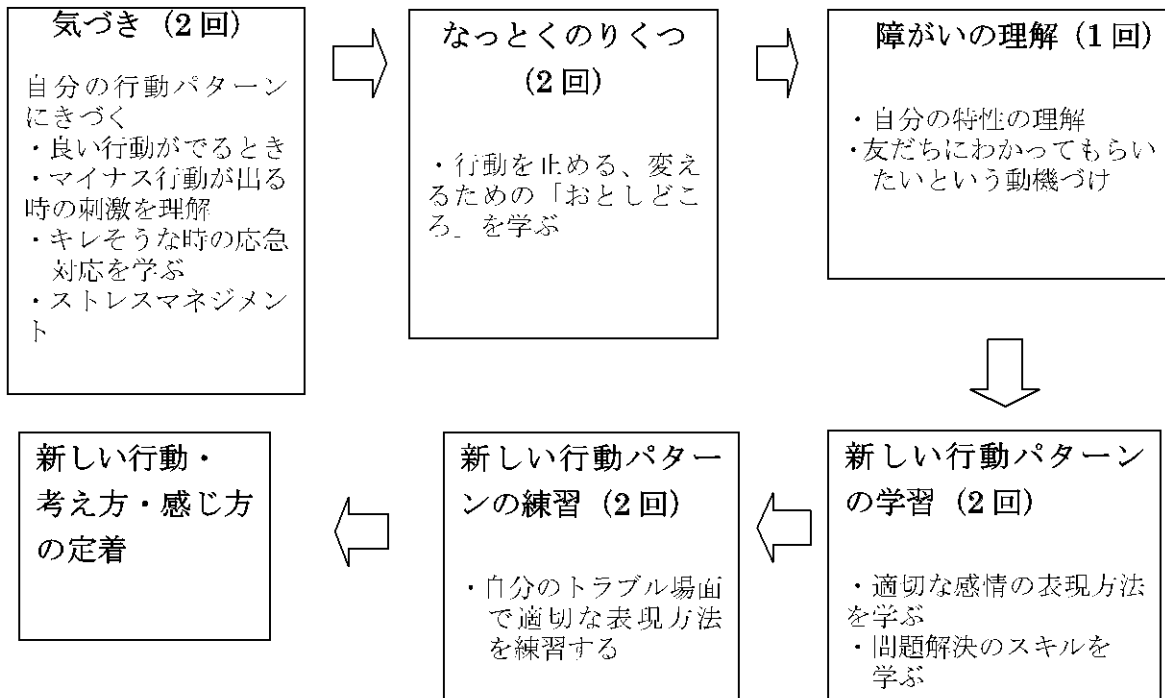
自分

相手

この場面では、友達と話をしている場面です。友達と話をしている時に、友達から「どうしてそんなことをするの？」と聞かれました。友達に話している時に、友達から「どうしてそんなことをするの？」と聞かれました。

その場で目をつぶる
深呼吸
タイムアウトをとる
こぶしを握ってずとんと落とす
その他

発達障がいのある生徒さん向けのアンガーマネジメントDプログラム (全9回)



状況カード
 ストレス場面を提示します

△さんは苦手な雑音づくりに振り回されています。

トラブル場面カード
 カッとなるとどういう行動をとるか、その結果どうなるかを振り返ります

怒って 顔を殴っていました。

「なっとくのりくつ」カード
 自分を落ち着けるための「おとしどころ」を探します

ソーシャルスキルカード
 適切な解決方法や行動を選びます

自分の洋服を汚してあげます。

〔参考文献、資料〕

キレやすい子の理解と対応シリーズ すべて ほんの森出版

本田恵子（2002）キレやすい子の理解と対応―学校におけるアンガーマネジメント―

本田恵子（2007）キレやすい子へのソーシャルスキル教育―教室でできるワークと実践例

本田恵子（2010）キレやすい子へのアンガーマネジメント―段階を追った個別指導のためのワークとタイプ別事例集―

本山恵子（2014）： 先生のためのアンガーマネジメント―対応が難しい生徒に巻き込まれないために―

脳科学を活かしてキレにくい生徒を育てるシリーズ すべて 梧桐書院

本田恵子・監修 高氏雅昭・絵 桑原永江・文（2013）いまじん―どうする？ どうなる？

本田恵子作・よこはるか絵（2014）いまじん2 ―わくわく探検―

本山恵子編著（2014）―インクルーシブ教育で個性を育てる―脳科学を活かした授業改善のポイント

本山恵子文・ひとみこばん絵（2016）ぱんだえほん～ぱんぱんぱんだの12か月～

ソーシャルスキル教育教材 すべて クリエーションアカデミー

「なかよしチャレンジ」「フレンドシップアドベンチャー」「ソーシャルスキルカード」

「表情ポスター」「表情カード」

「このあとどうなるの？」

「中学・高校用アンガーマネジメント教材」「発達障害のある児童生徒用アンガーマネジメント教材」

第1節

反発するタイプへの対応

反発するタイプの特徴と基本的な対応

1 大人に反発する子どものタイプ

大人に反発する子どものタイプは、2つあり、1つは、大人への不信感が強く、自分の価値観を守るために真向から戦うタイプ、もう1つは、社会のルールが面倒で自分にとって不快なことは拒絶するタイプです。前者は、幼少期に虐待を受けていたり社会から拒絶されてきた様つき体験があることが多く、Black or Whiteの思考で敵か味方かの二分をしたり、「大人なんてみんな一緒だ」という過度な一般化をしがちです。

対応としては、まず相手の言い分を傾聴し、相手の価値観を理解することから始めます。理解の段階では、価値観を否定したり変更させようとしたりはせず、傾聴するなかで、相手とその価値観に固執しなければならなかった背景を理解することが大切です。

理解ができたら、その価値観のメリットとデメリットを整理し、これから生きていくために大人に反発することのデメリットを理解してもらいます。その上で、自分の価値観を大人にわかってもらうために具体的にどんなふうに伝えたいのか、どういう態度をと

るといいのかを一緒に考えます。このタイプの了解がきれないようにするためには、次の2つが大切です。

1) ニュートラルに聴く
2) 相手ができる方法を考える
このタイプの子は自分の価値観に固執していますから、聞いてくれるとわがままでもひとりのよがりな見方にも思えます。つい修正したくありませんが、そこはこらえます。また、このタイプは自分で決めたので、時間がかかっても答えは自分で出すように文意をします。

アドバイスを出す場合は、複数の選択肢を出して、「右にとってどっちがよいか」を本人に選んでもらいます。

一方、後者の場合は、社会のルールを認めること自体を拒否しており、考え方としてはどうってことないだろう」という過小思考がよく見られます。

おもしろそうなおことには食いつきますが、すぐに飽きます。せっかく仕事が見つかっても、面倒になったり洋意されたりしたら、すぐやめてしまいます。対応する際は、「そんなことでもいいのか」と上から目線になりがちです。あるいは、「勝手にしろろろ」と放任しなくなっています。

このタイプに対応するときのコツは、1) 「〜べき思考」をゆるめる
2) 誤った行動をしたときは正しい行動を示す

「〜べき思考」があるとき、期待を裏切られ続けるために怒りが爆発しやすくなります。まずできていることに注目して認め、日常生活を安定させることから始めます。課題は「維持」です。活動でも人間関係でも、「つなげる」力を身につけることが大切なのです。そのためには、それまで築いてきた「社会のルールはめんどう」という歪んだ認知を変える必要があります。幼児に社会性を教えていくときと同様、人とながることがの楽しさや安心感を体験してもらいながら、正しい行動を教えていきます。

では、以下の事例で考えてみましょう。

事例1 大人を極端に警戒する 道夫くん(中学生)

この中学校では、毎日のように物が壊れます。廊下の蛍光灯が割れていたり、トイレにいたずら書きがあったり、教室のロッカーのドアもへこんでいます。体育倉庫ではライン引きが崩れまわっています。先生たちには道夫くんを中心とするグループがやっています。これはわかっており、呼び出しては注意を繰り返してしまいましたが、その癖では「わかりました」と言うものの、いっくらに変化がありません。

そしてある日、1年生の廊下に飾られてい

た作品が踏み荒らされていたのです。放課後でしたが、見ている生徒がいたので、すぐに道夫くんたちのしわざだとわかりました。担任が確認するとあっさり認められたので、1年生の担任の先生に謝罪に行かせることになりました。

1年生のA先生は赴任して2年目。学級経営に熱心で、教室はいつも整理しています。放課後、教室で待っていると、道夫くんのグループがやってきました。が、その態度がA先生を激昂させました。制服のシャツはズボンの外に出ており、上履きのかかとを踏んづけたまま両手をポケットに入れてブラブラとやってきましたからです。

4名のグループでしたが、2名が先に教室に入ると、A先生はいきなり2名をどなりつけました。「それがあやまりにくる態度か!」と。ピクツとした2名は、そそくさとシャツを直しましたが、「お前もだ!」と指差され、道夫くんは「はあ?」「はあ?」と首をかしげてA先生を見下ろすと「はかじゃねえの。すぐ熱くなりやがって」とはそつと言いました。

A先生は道夫くんの胸ぐらをつかむと、「もう一度言ってみろ。君は自分の立場がわかっていないのか!」と、道夫くんを廊下の壁に押し付け始めました。A先生の怒鳴り声を聞きつけた2年の担任C先生と1年の主任のB先生が駆けつけて2人を引き離しました。が、もう端罪どころではありません。

A先生はC先生に向かって、「あなたはどうな指差をしているんだ!」と怒りの矛先を向けてしまいました。

後刻、C先生に道夫くんたちの対応を頼み、主任がA先生と別室に移動して振り返りをす

る中で、A先生がカッとなった経緯を、次ページのようなアングラーのチャートにまとめてみました。

ひきがね：

・道夫くんたちの舐れた服装を見た

考え：

・礼儀がなっていない (一べき思考)
・ここで喝を入れないうと、この後もバカにされる (過度な一般化)

行動：

・いきなり生徒をどなりつけ、非難して胸ぐらをつかんだ

行動に対する結果：

(自分) 生徒への体罰に対する反省文を書いた

(生徒) 「だから本人はだめなんだ」と不信感を高めたかもしれない
(主任) 「すぐに熱くなるやつだ」と思われたかもしれない

主任のB先生がA先生に「ひきがね」の部分をいねいに聴いてみると、以下のことがわかりました。

A先生はもともと礼儀を重視しているの
で、道夫くんたちが教室に来る前に学級の生徒を雇い、相手を迎える準備をしていました。当然、相手にも同様の態度を求めたのです。べき思考の人は、相手への期待が大きいだけに、それが裏切られたときの落差は敬しくなります。この部分を「できごとを一連の流れで整理するシート」にまとめてみることにしました。(68頁参照)

自分の気持ちが伝わらなかつた寂しさが怒

りとなって爆発してしまつたことに、A先生は気づいてくれました。そこで、A先生が望む結果になるようにするにはどうしたらいいかを一緒に考えました。

先生が望むのは、道夫くんたちがきちんと謝罪してくれることです。しかし、そのためには、道夫くんたちが謝罪する気持ちにならなければなりません。A先生と一緒に、なぜ道夫くんたちがこのクラスの作品をねらつたのかをまず考えました。1年生の作品は、ど

んなのクラスにも展示してあります。また、これまでにいたはずら書きさされたり撮られたりしたところがある場所も図示してみました。共通しているのは「目立つ場所」です。事件を起こしたあともずんずんとなり自分たちがやつたと認めています。

道夫くんは家庭状況について情報を集めてみると、父親がお酒を飲むと暴力を振るって来たようです。道夫くんも小さいころから父親に怒鳴りつけられたり殴られたりしてきましたが、母親は口を出すと自分も殴られるので、助けてはくれないうです。

A先生と一緒に、「道夫くんがこの人なら信頼できる」と思える大人はどんな人なのかを考えました。これまで大事にされた経験のない道夫くんには、まず人間性を回復するところが大切だと思われたからです。

また、道夫くんは怒りをぶちまけることはできても、本当の意味で問題を解決してきたことはないのではないかということにも気づきました。そこで、道夫くんが自分の行動は修正できるのだということを理解するためにはどうしたらよいかについて考えました。以下が、A先生が考えたとちええ方の後答です。

考え：

・道夫くんがつづいてるのは、自分に敵意を持っているのではなく、大人全体に対してなのかもしれない

・ちゃんと呼び出しには応じるのだから、認めしてほしいのかもしれない(別の可能性を考えてみる)

↑

☆考え方を変えた結果、A先生は道夫くんに対して「無礼だ」という感情が減り、「聞かせよう」という上からの態度ではなく、落ち着いて同等の立場で話をする気持ちの基盤ができてきました。

行動：

・道夫くんに対して、先生のほうがまず大切に接してみる

・相手の言い分を聞いてみる

・自分の気持ちを伝えてみる

数日後、A先生はもう一談道夫くんと一対一で会うことにしました。しかし、道夫くんは、また同じ態度で、入口から入ろうとしました。

そこで、A先生は自分から近づいていってあやまったそうです。「この間は、カッと頭を下げたので、道夫くんは意外な顔つきになりましたが、何も言いませんでした。

そこでA先生が、「君の話を聞きたいんだけど、教室の中で話してくれるかな」と道夫くんを誘うと、道夫くんは、ついてきたそうです。

しばらく横を向いて外を眺めていました

が、撮られた作品はすでに修繕したこと、A先生が道夫くんに求めたいのは、自分のクラスの何が気にならなかったのかを知りたいことだということ、道夫くんの話がにいやな気分をさせている生徒がいるかもしれないので、自分にどうしてほしいの話を聞きたいのだと伝えました。

道夫くんはまたしばらく沈黙していましたが、ボツと一言、「ムかついたんだよ」と言いました。「何に?」と先生が聞いても黙っていました。

A先生は内心、「こっちがこれだけ折れているのに、何だよその態度は」とカッとなりかけたそうですが、アングラーマナーメントのトレーニングで学んだことを思い出し、セルフトークをしました。

そして、「待て待て、道夫くんは今日は派発はしてきていない。これが彼なりの常の態度なのかもしれない(べき思考をはずして、別の可能性を考えてみる)」と思い直したのだそうです。

「わかった。何が道夫くんをムカつかせたのかは、自分で考えてみるよ」と伝え、来てくれたことにお礼を言って道夫くんを帰したそうです。

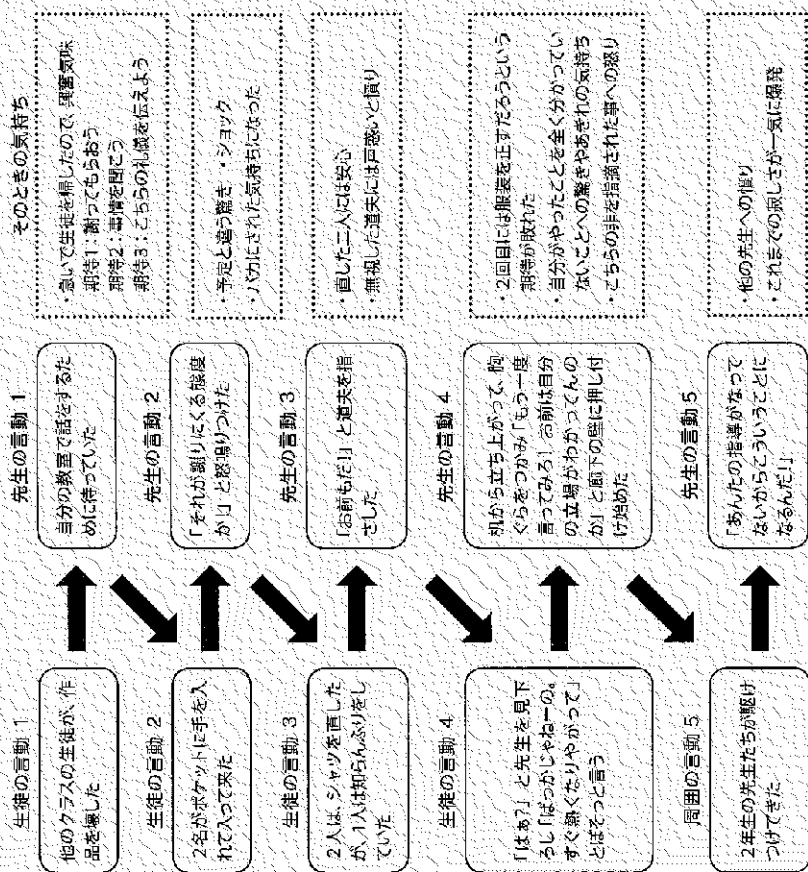
道夫くんは、帰り際は手をポケットから出し、首をちょつとだけ前に突き出して頭を下けたような様子を見せたそうです。

このA先生の対応は、「ドアを開ける」状態です。信頼関係は一日ではできないので、まずはこちらの言いたいことを聞く姿勢を相手がつくる準備が必要になります。

「教員側が折れずきてきているのではないが」という危惧を持たれる方もいると思います

が、相手が心を開かないと、どんなに優れた関係性ができても、やっとならぬ関係性の指導が始まるのです。

(事例1)できごとを一連の流れで整理するシート



(事例1) 大人を極端に警戒する道夫君への対応

