

「世界はウソつき」の会話から考えるカウンセリング

ー 相談事を聞かるときに、気をつけたい態度と言葉 ー

松田修、江原由美子、玉置知子、長尾由加利、福田智代美

このレポートの第1節では、1992年5月、24歳の時に投身自殺で亡くなった、山田花子という女性マンガ家が描いた単行本『花咲ける孤独』の中の「世界はウソつき」というマンガで交わされる会話を紹介します。そして、それをもとに、カウンセリングのあり方について考えたいと思っています。「世界はウソつき」というマンガは、彼女から見た一教員の態度を描いたものです。彼女はマンガという手法を使って、読者に向かって必死に、深い悩みを打ち明けていたように見えるのです。第2節では、学生相談のより良い対応のために、「世界はウソつき」から「気になった声かけ、気になったセリフ」を列挙し、日頃、学生相談にあたっている総合支援センター員がコメントを付けました。そして、第3節では、第2節のコメントを整理し、このマンガのような場面における適切なカウンセリングの方法を、『カウンセラーから見る「世界はウソつき」』と題してまとめました。最後の第4節には、長尾特別支援コーディネータ（学校心理士）からの提言を掲載しました。

これらのコメント、意見、提言を、今後の学生相談の対応に役立てていただければと願っています。

1. 「世界はウソつき」の会話の紹介

場面は家庭訪問、担任は女の先生

- | | |
|---|------|
| 先生「もうちょっと元気を出して皆と遊ぶようになるといいんですけど・・・」 | (1) |
| 母「ええ、ええ」 | (2) |
| 先生「ヨーコちゃんも本当はお友達ほしいんでしょう」 | (3) |
| ヨーコ「話しかけてくんなヨ」 | (4) |
| ヨーコ「なんで子どもは友達と遊ばなきゃいけないんですか」 | (5) |
| 先生「別に先生は強制しているつもりはないのよ！？ あなたの人生ですもの。あなたの
自由意志で決めることですからね。子どもの自主性を尊重しませんとね」 | (6) |
| 母「いい先生じゃない。」 | (7) |
| ヨーコ「死んじゃえ」 | (8) |
| 先生「お友達がいなくて寂しくないの」 | (9) |
| ヨーコ「別に平気」 | (10) |
| 母「ヨーコ、強情張るのはやめなさい」 | (11) |
| ヨーコ「強情だなんて・・・」 | (12) |

その後、教室でのクラスメートとのシーン。ヨーコはみんなと話が合わなくて孤立する。

職員室のシーン（担任に呼び出されたヨーコ）

- 先生「あなた、低学年の頃はもっと明るかったそうじゃないの。悩みがあるのなら先生に
どうぞ打ち明けて（ニコッ）。」 (13)
- ヨーコ「その手には乗らないぞ。ぐっ！」 (14)
- 先生「ん？どうしたの」 (15)
- ヨーコ「うかつに心を開けばたちまちズタズタに傷ついてしまう。」 (16)
- ヨーコ「先生に言ったって通じないもん・・・」 (17)
- 先生「アラッ。そんなの試してみなきゃわかんないじゃない。思い切って打ち明けてちょう
だい。スッキリするわよ」 (18)
- 先生「そう・・・そこまで頑ななら仕方ないわね。先生も嫌われたものだわ・・・（はあ）」 (19)
- ヨーコ「あのう・・・・・・・・人げんて、皆一人ぼっちだからどうせ、かみ合わないと思うと
ダルクて・・・・・・・・」 (20)
- 先生「それは仕方ないことでしょう。」 (21)
- ヨーコ：うるうる・・・・・・・・ダダダ！ (22)
- 先生「ちょっと、話は終わってないじゃない。途中で逃げるなんて卑怯よ！」 (23)
- 先生「先生は、あの子の為を考えて言っているのに。どうしてあんなにスネるのかしら。」 (24)
- ヨーコ「みんな大っきらい。何もかも粉々に砕けてしまえ」 (25)

帰宅

- ヨーコ「ただいま」 (26)
- 母「遅いじゃないの。あなたこの頃どうしたのよ。悩み事があつたらお母さんにだけは
話して頂戴。」 (27)
- ヨーコ「何も問題ないもん。このままでいいんだ。」 (28)
- 母「ヨーコ・・・」 (29)

【終】

（注）少し大きめのゴシック体は、原作での強調されたものです。

2. 気になった声かけ、気になったセリフ

前節で紹介した「世界はウソつき」について、総合支援センター員が気になった声かけやセリフと、それに対するコメントを列挙します。

セリフ(1) 先生「もうちょっと元気を出して遊ぶようになるといいんですけど・・・」

- ・ “元気な状態”は人それぞれだと思う。“皆と遊ぶようになるといいんですけど”ということより、“なぜそうならないのか”というように考えてあげることが重要だと思う。つまり、個性の理解が大切だと思う。
- ・ 皆と仲良く遊ぶことが正しくて、良いことだという先生の価値観で話しかけている。
- ・ 「子どもはこうあるべき」という一般論の枠にはめて友達と遊ぶことを勧めている。
- ・ 私なら「いろいろなタイプの子どもさんがいて、元気に皆と遊ぶのが好きな人や、一人でゆっくりと過ごすのが好きな人がいるので、それで良いと思うんですよ」と切り出すだろう。
- ・ 良くない切り出し方だと思う。

セリフ(3) 先生「・・・本当はお友達ほしいんでしょう」

- ・ 友達がほしいかどうかは人それぞれのはずなので、このセリフは良くない。
- ・ 勝手な想像で決めつけて、先生の発言としては有り得ないと思う。
- ・ 私なら「ヨーコちゃんはどうやって遊ぶのが好きなの？」と聞くだらう。

セリフ(5) ヨーコ「なんで子どもは友達と遊ばなきゃいけないんですか」

(6) 先生「・・・あなたの自由意志で決めることですからね」

- ・ 先生のセリフは突き放した言い方になっている。
- ・ ヨーコの疑問に真摯に向き合っていない。
- ・ 私なら「ヨーコちゃんはそう思うのね。どうしてそう思うの？」と聞くだらう。

セリフ(6) 先生「・・・子どもの自主性を尊重しませんとね」

- ・ 後半のセリフ(9)「お友達がいなくて寂しくないの」と矛盾する発言。

セリフ(7) 母「いい先生じゃない」

- ・ “母と先生”対“子ども”の2対1になっていて、子どもの気持ちをくみ取る声かけになっていないと思う。

セリフ(9) 先生「お友達がいなくて寂しくないの」

- ・ 勝手な想像で決めつけて、先生の発言としては有り得ないと思う。
- ・ 友達がいないと寂しいと決めつけている。
- ・ 私なら「先生の子どもも友達とばかり遊ぶのじゃなくて、一人の方が好きなことができるっていうこともあったわ。合わすのが苦手なこともあるわよね」と同調する言葉をかけるだろう。

セリフ(11) 母「ヨーコ、強情張るのは止めなさい」

- ・ なぜそう思えるような態度になってしまうのかを考えてあげたい。

セリフ(12) 先生「あなた、低学年の頃はもっと明るかったそうじゃないの。・・・悩みがあるなら先生にどうぞ打ち明けて（ニコッ）」

- ・ 今を否定していて、ヨーコの本心を聞きだしにくくしていると思う。
- ・ 私なら「ヨーコちゃん、あなたは心の中で考えていることを、お友達に伝えるのは苦手なのかなあ。もし、悩みがあるのなら先生に話してくれないかな？」と言うだろう。
- ・ 私なら、「誰か話せる人がいる？」という聞き方をするだろう。

セリフ(17) ヨーコ「先生に言ったって通じないもん・・・」

- ・ このセリフが出る状況と気持ちを考えてあげたい。
- ・ 大人に、特に先生にこうやってしまう気持ちを受け止めたい。

セリフ(18) 先生「・・・思い切って打ち明けてちょうだい。スッキリするわよ」

- ・ “思い切って”や“スッキリ”は、安易な言葉で、先生の勝手な判断からくるセリフだと思う。
- ・ 私なら「そうなんだ。そうよね。ヨーコちゃんの気持ちを一番わかっているのはヨーコちゃん自身だもんね」と返すだろう。

セリフ(19) 先生「・・・先生も嫌われたものだわ・・・（はあ）」

- ・ 生徒を追い込んでしまうセリフで、言葉や態度は感情的にならないように心がけた方が良くと思う。
- ・ 自分のやり方に間違いがないと思っていることが生徒に伝わって、逆に、心を開かなくなってしまう。
- ・ 子どもの反応に敏感に対応し過ぎていて、良くない。

セリフ(20) ヨーコ「・・・人げんて、皆一人ぼっちだからどうせ、かみ合わないと思うとダルくて・・・」

- ・ このセリフが出る状況と気持ちを考えてあげたい。
- ・ 本音を吐き出してくれている。チャンス！！

セリフ(21) 先生「それは仕方ないことでしょう」

- ・ 私なら「ヨーコさんはそう思うんだね」と言うだろう。
- ・ 私なら「確かにそうだよね。人げんって生まれるときも亡くなる時も一人だもんね。よくそういうことに気が付いたね」と言うだろう。

セリフ(23) 先生「・・・途中で逃げるなんて卑怯よ!」、先生“・・・どうしてあんなにスネるのかしら。”

- ・ 卑怯という言葉は使ってはいけない。
- ・ 生徒を追い込んでしまうセリフで、言葉や態度は感情的にならないように心がけた方が良くと思う。
- ・ 自分のやり方に間違いがないと思っていることが生徒に伝わって、逆に、心を開かなくなってしまう。
- ・ 私なら「よく話してくれたね。また、何か思いついたら、いつでも話しに来てね。いつでも聞くから!」と言うだろう。

セリフ(24) 先生“あの子の為を考えて言っているのに・・・”

- ・ ヨーコの何を見ているのかと思う。
- ・ あの子の為なのだろうか、疑わしいセリフ。
- ・ “あの子の為”と言っているが、“先生の考え方”でヨーコを見て、自分の価値観に同調しないことを責めていると思う。

セリフ(27) 母「・・・・・悩み事があったらお母さんにだけは話して頂戴。」

- ・ お母さんが心配している気持ちは伝えても良いが、この言葉は直球過ぎると思う。ヨーコは身構えてしまうと思う。

3. カウンセラーの立場から見る「世界はウソつき」

「世界はウソつき」に登場する先生は、いわゆる良い教員です。友達のいないヨーコを心配して、友達と遊ぶことを勧めたり、悩みを聞こうとしたりしています。ヨーコの言葉や思いが描かれていなければ、「問題児にもきちんと対応している先生」として受け取られる可能性が高いと思われます。

しかし、この先生は、ヨーコの疑問や悩みと向き合って、ヨーコ自身を理解しようとする努力はしていません。「子どもはこうあるべき」という一般論の枠にはめて、ヨーコのことも考えようとしています。そのため、ヨーコに、「なんで子どもは友達と遊ばなきゃいけないんですか」(セリフ 5) と尋ねられた時、おそらくは反抗的な態度だと捉えたのでしょう。「強制しているつもりはない」「自由意志で決めること」という返事をします(セリフ 6)。これは、ヨーコからすれば、気持ちを拒絶されているのと変わりありません。

また、ヨーコに悩みを打ち明けるように言い(セリフ 13)、ヨーコが自分の気持ちをうまく言えずにいると、「先生も嫌われたものだわ」(セリフ 19) とヨーコを悪者扱いするかのようなことを言います。それを受けて、ヨーコがどうにか気持ちを言葉にする(セリフ 20) と、「それは仕方ないことでしょう」(セリフ 21) と無下に否定します。これは、相手の嫌がることを無理矢理やらせてから、その相手を全否定するようなものです。ありのままのヨーコを理解しようとせず、自分の価値観を押しつけるだけで、より深く傷つけてしまっています。つまりこの先生は、本当の意味での良い教員とは言えません。

それでは、具体的にどう対応すれば良いのでしょうか。まず、「なんで子どもは友達と遊ばなきゃいけないんですか」(セリフ 5) と尋ねられたら、まずはそのような疑問を持っていることを真摯に受け止めるべきだと考えます。頭ごなしに否定することは絶対にしてはいけません。そして、自分なりの考えで良いので、はぐらかさずに返答します。それに対する子どもの反応も受け止め、会話のキャッチボールを続けます。教員や大人だからと言って、教え諭す必要はありません。子どもと対等に向き合い、一人の人間として、会話をしてください。その中で、その子どもへの理解を深め、抱えている問題に迫っていきます。

あるいは、少しばかり練習が必要かもしれませんが、カウンセリング的な対応も良いでしょう。来談者中心療法(クライエント中心療法)のロジャーズは、カウンセラーの態度として、「無条件の肯定的関心」「共感的理解」「自己一致」を挙げ、「傾聴」が大事であるとしています。非常に大雑把に述べれば、相手に関心を持って、理解しようとし、しっかりと話を聴くことが大切、ということです。例えば、「なんで子どもは友達と遊ばなきゃいけないんですか」(セリフ 5) と尋ねられたら、「そうか。友達と遊ばなきゃいけないことを疑問に思うんだね」と思いを受け止めます。その上で、「どういうところに疑問を感じるんだろう」といったオープン・クエスチョンや、「友達と遊んでいて嫌なことがあったのかな」といったクローズド・クエスチョンで話を広げ、子どもの悩みを探っていきます。

どのような対応を取るにせよ、大事なのは、子どもを「友達と遊ぼうとしない問題児」ではなく、「何かの理由や事情があって、友達とうまく遊ぶことができていない子ども」と捉えることだと思います。

「問題児」という先入観を持ってしまうと、その瞬間に思考が停止し、ありのままの子どもを見ることができなくなります。それは、教員や大人として、子どもの悪いところを正す指導をしなければならないという思考に繋がりがねず、危険です。そうではなく、友達と遊ばないことには「何かの理由や事情がある」はずだと考えてみてください。そうすると、ありのままの子どもを多面的に捉えることができます。子どもを受容し、理解しようとする態度で接すると、それは、子どもにも伝わります。その積み重ねにより信

信頼関係を築いていけば、子どもが悩み困っていることに迫ることができます。まずは信頼関係を築く努力をし、それができたら、伴走者として、どうすれば生きやすくなるかを一緒に考えてください。問題が解決できなかったとしても、一緒に考えてくれる相手がいるということは、子どもにとって大きな支えになると思います。

また、悩みを打ち明けられた時には、まずは受容や肯定的な理解を示す言葉を返してあげてください。特に難しく考える必要はなく、言葉や思いを受け止めたこと、理解したことを伝えようとすれば大丈夫です。例えば、「あの・・・人げんて、皆一人ぼっちだからどうせ、かみ合わないと思うとダルくて・・・」（セリフ 20）と言われたなら、「皆一人ぼっちだから、かみ合わないと思うんだね。それがだるいんだね。」というように、相手の言葉を繰り返すような返事をすれば良いと思います。そして、「辛いね」というように、気持ちに寄り添う言葉をかけます。そうすると、話す側は自分の思いを聴いてくれる相手だと感じ、話をしやすくなります。

人が自分の悩みについて話す時、相手がその道のプロであれば別ですが、往々にして解決や助言は求めています。自分が悩みを誰かに話す時のことを考えてみてください。その悩みに対する答えは、ぼんやりと見えていたりしませんか。つまり、悩みを打ち明けられた側にできることは、話を聴いて、本人が考えや気持ちを整理するのに寄り添うことぐらいなのです。話を聴いてもらうだけでも、本人はスッキリすることが多々あります。ただし、話を聴く側が無関心だったり、片手間だったりすると、話す側にストレスを与えてしまいます。聴く時の態度には、気を付けてください。また、話をする場所も大切です。場所を選べるのであれば、相手が話をしやすい、落ち着いた雰囲気のある所にしてください。

ところで、話を聴く側は、ただ聴くだけとは言え、精神的に疲弊する場合があります。特別な教育を受けた医師であっても、精神的に不健康になってしまうことはあるので、そのような教育を受けていない私達は、注意する必要があります。子どもの話を聴いていて、自分一人では対応が難しいと感じたら、他の人に早めに相談してください。そのような場合、一人で抱え込まず、チームで対応することが、その子どもにとっても良いことだと思います。

4. 提言 ～カウンセリング はじめの一歩～

長尾由加利（特別支援コーディネータ、学校心理士）

扱いにくいと思われがちな子どもの中には、本音をうまく表現できない子どももいます。

感受性が鋭くて大人の考えていることを見抜いていたり、それまでの経験から人を信用したり、心を開いたりできないために、素直に気持ちを出せないこともあるのです。

そういった時に、できていないことや困らせていることだけを問い詰めるのではなく、なぜそうするのか、なぜそうなったのか、本人の様子をよく観察し、本人の思いをくみ取る努力が必要になります。その部分の理解や寄り添いが伝わらなければ、先生や大人にとっての正しい考えの提示は、子ども本人には受け入れてもらえないことが多いです。

何ら問題なく、与えられることを理解し、人間関係も困らない子は時には壁にぶつかることがあったとしても、自分の力でやり抜くことができていきます。しかし、そういうことをしようと思ってもできない子どもを、「やる気がない」「努力が足りない」と決めつけて対応することは、具体的な解決策を見つけることから離れていきがちです。時間がかかるように思えたり、甘やかしているように思えたりするかもしれませんが、本人の思いを知ることで、困っている原因を見つけることができ、手立てを検討しやすくなるのです。そのためには、まず、「この人を信頼して話しても良いかも・・・」と思える信頼関係が大切になってくると思います。その方法として、気持ちを傾聴して、受け入れていくことが挙げられるでしょう。

また、こういった場合、気持ちを聴くと何かアドバイスをしなければと思いがちですが、アドバイスをしないことや、答えを出さないことがあっても良いと考えましょう。この人なら聞いてくれるという安心感を与えることができたなら、大きな一歩を進めたことになるのです。そして、思いを聴いてもらうだけで、本人が落ち着いていくことも多いですし、話すことで自ら解決策に気づく場合もあります。

以上のように、うまく気持ちを言い出せない子どもに対して、「こうしなさい」と思うことを伝えるよりも、「どう思っているのか」聴くことから始めてほしいと思います。

つぶやき

実際、私が話を聴く相談者も何らかの行き詰まりや困り感を抱えている場合が殆どです。その彼女らは、できていないことについての不安を抱えています。しかし、それと同じか、それ以上に、自分のことを理解してほしいと思っている印象を強く受けます。「そう。」「しんどかったね。」「辛かったね。」という声かけで、自分の思いを少しずつ話し始めることもあります。そして、少し明るい表情になって、次回の予約をして帰るのです。

最終的には、壁にぶつかっても、自分の力で少しずつでも乗り越えていくにはどうしたらよいか、考えてほしいと思っています。同時に、どうしようもないと思った時に、話しに行きたいと思える場所として、総合支援センターを思い浮かべてくれたらと思いながら、支援を続けています。