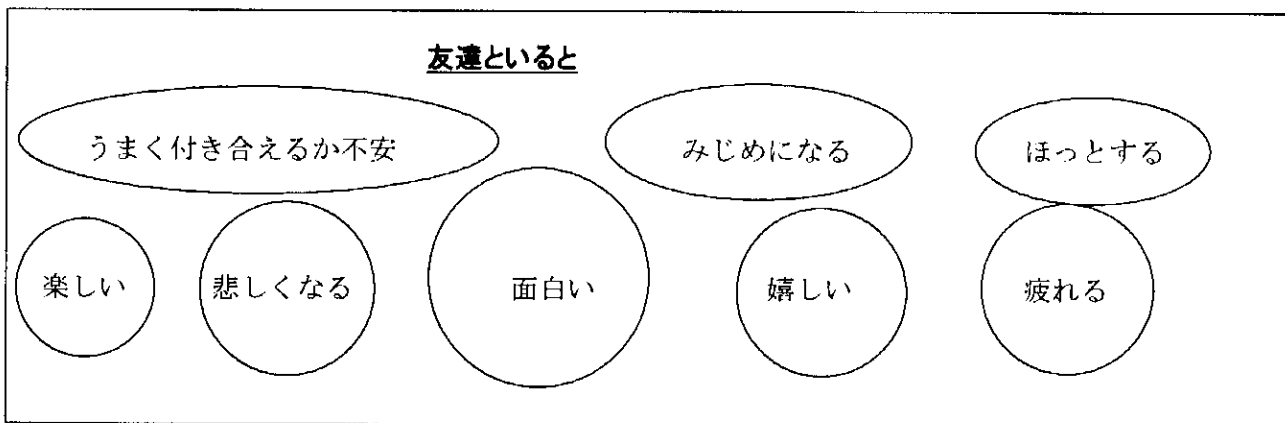


付き合いが苦手な子どもとの関わり

1 はじめに

友達が欲しいと思っても、うまく交わることができない子どもが増えています。友達と一緒にいると楽しい、でもうまく付き合えるか不安で、一人でいる方が楽だ、友達ちといると重荷で疲れてしまうなど、人と付き合うのが苦手で、どう付き合ったらよいのか分からないという子が多くなっています。

従来、人と人の付き合い方は、教えなくても家族や社会の中で自然に身につけるものとされてきました。しかし、それが難しくなった今は、付き合い方が分からない子や苦手な子に、人間関係づくりを援助していくことで、人と関わられるようにしてやらなければならない状況になってきました。



2 付き合いが苦手な子どもが多くなったのはなぜでしょう。

以前は異年齢の子どもが集まって、外遊びを通して交流する機会があり、子どもたちはそこから社会性や協調性など様々なことを学ぶことができました。

しかし、現在はテレビやテレビゲームが遊びの中心となり、集団で遊ぶ機会が減って人とのつながりが薄れてしまいました。人と人のコミュニケーションから、物から人へという一方的なコミュニケーションに変わってしまったのです。そのため子ども同士が人間関係を学ぶ場、教え合う場が減って、人との付き合い方を自然に身につけることが難しくなってしまいました。

また、子どもの数が減って、兄弟が言い合うということも少なくなりました。「手がかからない子」「言うことを聞く子」が良い子とされ、「いい子」を演じなければいけない子どもも増えてきました。

人との交流が減ったことや、本当の自分を出せない子どもが増えたことで、相手の気持ちを知るとか、自分の気持ちも分かってもらおうというような体験が足りなくなりました。相手が何を思っているのか分からない、自分が思っていることもうまく話せない、不安になってあれこれ考えているうちに苦痛になり、人との付き合いが苦手になってしまうのです。



— 中学3年生A子 —

「『一緒に行こう』と言ったら、『嫌や』と言われた。手をつないだら、『やめてー』と怒られた。手を引っ張ったら『しつこいねえー』と怒鳴られた。」

※

一人でいる事が多いA子です。友達がいないから寂しいと言います。

あるときクラスメートに話しかけられ、お喋りができて嬉しそうでした。

チャイムが鳴って一緒に行こうと誘ったら、怒られてしまいました。友達に「しつこいねえ」とよく言われます。A子は自分の性格が悪いから、友達とうまく付き合えないのだと悩んでいます。

— 中学3年生B子 —

「友達が私に話しかけるときは、その子に友達がいないときだけだよ。友達ができたなら、離れていってしまう。都合よくされているだけじゃないの。」

※

人間不信のB子は裏切られることを恐れて、自ら心を開こうとしません。教師や友達が自分をどんなふう to 思っているのか不安なのです。でも独りぼっちは嫌、「親友」は欲しいと言います。

友達に話しかけられても、自分を合わせるのに精一杯なのです。みんなとうまくやっていかなければという気持ちが強くて疲れてしまいます。



1 付き合いが苦手な子どもに共通していることは何でしょう。

他人に自分の気持ちを理解してもらった体験が乏しい。

自分の性格や接し方に欠点があると思い自信がもてない。

人との交流に慣れていないため相手のことを煩わしくなってしまう。

ひょっとして裏切られるのではないかという他人への不信感がある。

自分をさらけだせない。

人に傷つけられることや人を傷つけることに敏感で、深い付き合いを避けてしまう。

4 付き合いの苦手な子に大切なことは何でしょうか。

自分を好きになる

付き合いの苦手な子は自分の欠点ばかりが気になって、自分を好きになれません。

回りの親や教師は「あなたは暗いから・・・」とか「はっきり言わないから・・・」など子どもの欠点を指摘して、それを直させようとします。自己を否定された子どもは、欠点だらけの自分を受け入れることができず、自分を好きになることができません。ですから、「あなたのそこが良くないから、なおさなければ・・・」とう考え方は逆効果です。

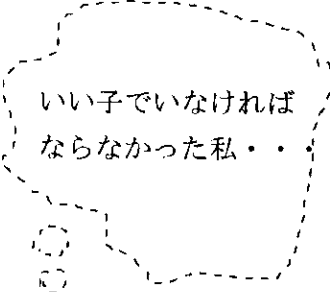
他人から自分を肯定される、つまり自分の良いところや悪いところがあっても「ありのままの自分で大丈夫」と感じたときに、自分を受け入れることができ、また自分を好きになることができます。

他人を信頼する

ありのままの自分でいいのだということを、回りの大人から教えてもらった子どもは、今度は他人に対しても、ありのままの他人を受け入れることができようになります。

自分を好きになり、自分を受け入れることができるようになったとき、他人を好きになり、他人を信頼し尊重する気持ちをもつことができるようになります。

(例) ありのままの自分を認めてもらえなかった環境で育った子ども



いい子でいなければ
ならなかった私・・・

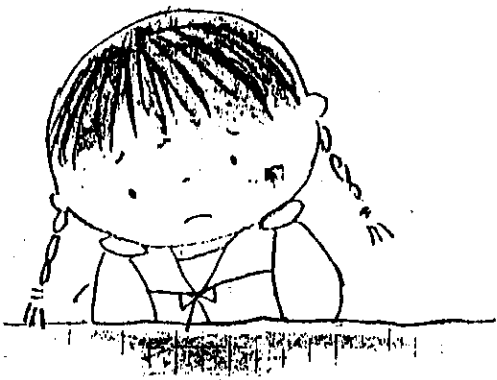
「いい子」でなければ愛されなかった子ども（条件付の愛）は、自分のよくない部分を否定することで期待にこたえようとします。「いい子」でなければ見捨てられてしまうかもしれないという不安におびやかされ、ありのままの自分を表現できなくなります。



- ・ あたたかく受け入れられる
- ・ ありのままの自分でいられる
- ・ 本当の気持ちをあらわす
- ・ 信頼される



今まで得られなかったことを体験したり自分を認め受け入れられたときに、自分の価値に気付いて、自分を好きになり他の人も好きになることができます。自分を信頼し、尊重する気持ちをもつことができます。



5 どのように関わればよいのでしょうか。

隣の県に転校したはずのB子が、昨年の1月に保健室にやってきました。「またこの学校に転入すことになりました」と言いに来たのです。「やっと父親と暮らせるの」とあんなに喜んでいたので、たった5カ月で別れることになるなんて・・・B子がとても哀れでした。

2月の下旬にB子は転入して来ました。他の生徒から「何でまた来たの」「お父さんの転勤なの？」と聞かれ、B子は返事に困り「父さん入院をしたの」と嘘をついてしまいました。回りの視線から自分を受け入れてくれそうにないと感じ、教室に入ることができず、登校する日がだんだん少なくなりました。

3年生になって「私、学校に来る。保健室にいてもいい？」と言いました。その日から保健室登校が始まりました。登校して、すぐベッドで寝る、給食を食べて下校する・・・こういった日課が続きました。「夜眠れない」「頭が痛い」「気持ちが悪い」など体調不良を訴えることが多かったので、病院で診てもらう事を勧めました。B子はすぐに病院で診察を受けました。すぐに行くなんて、余程体調が悪かったのだと思っていました。後になって、自分のことを心配してくれる人がいることが分かってすごく嬉しかったと言いました。その頃から、私に生い立ちを話すようになりました。

(例) 愛されたことがないB子

○ 幼児期

<ul style="list-style-type: none"> ・ 両親が離婚した。父母ともに二人の子どもの養育を拒否した。 ・ B子と弟は別々の祖父母に育てられ、別れて暮らすことになった。 	<p><u>B子の気持ち</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 親に捨てられたんだ。 ・ 親に甘えられなかった。 ・ 親への憎しみがあつた。 <p><u>親から裏切られ、人から愛されるという経験がない。</u></p>
--	--

○ 祖父母との生活

<ul style="list-style-type: none"> ・ 口やかましく、監視されているみたい。 ・ 祖母が気に入らないことを言うと「施設に入れる」と脅された。 ・ 説教されたとき、何に対しても「分かった」と答え、それ以上の関わりを避けた。 	<p><u>B子の気持ち</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ いつかは親が迎えに来てくれると信じていた。 ・ 祖母から逃げたい。どうして自分だけこんなに辛い思いをしなければならないんだ。 <p><u>誰にも自分の心を開くことができず、自分の感情を抑えて毎日を過ごした。回りに信用できる人はいない。</u></p>
--	---

○ 父親との生活（念願がかなった）

<ul style="list-style-type: none"> ・ 義母に馴染めない。 ・ 転校した学校にも馴染めない。校則が厳しい。友達もいない。 ・ やがて父親から虐待を受けるようになった。父親と別れ、再び祖父母との生活に戻るようになる。 	<p><u>B子の気持ち</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 大好きな父親と暮らせる。やっと幸せになれると思ったのに・・・。 ・ 虐待されても、父親と暮らせることが嬉しかった。 ・ もう我慢できない。
---	--

父親から愛されなかった。自分にどこかいけないところがあるのだろうか。

○ 再び祖父母との生活

- ・ 祖母とは相変わらず意志の疎通ができない毎日を送っている。

B子は、自分の気持ちを他人に理解してもらった体験が乏しく、「いい子」として自分の気持ちを抑えて育ちました。人と関われば関わるほどストレスがたまり、疲れて人間関係が苦手になったのでしょう。

学校として、B子が友達を求めていることを大切に、B子の仲間づくりを支援することにしました。養護教諭として、B子が

- ・ 回りに認められるにはどうしたらよいか。
- ・ ありのままの自分でよいと感じるにはどんな体験をすればよいか。

を考え、サポートしていきました。

○ 保健室で

手縫いで熊のマスコットを完成しました。ハートのマークがついて可愛い！

私は、保健室に来た先生や生徒に「すごいでしょ。B子さんが作ったんだよ。」と言って紹介しました。「可愛い」という生徒の声と「先生にも作って・・・」と男の先生の思わぬ注文で、B子は戸惑いながらも嬉しそうでした。

ベッドで寝てばかりいたB子が、一生懸命マスコットの熊を作り始めました。幾つ作ったでしょうか。「色使いのセンスがいいね」「熊の目が生き生きとしているね」などと、B子が作っているそばで誉めました。プレゼントされた先生方も笑みを浮かべて誉めてくれました。

「私、自分が作ったものを喜んでもらえたこと初めて。嬉しい」。また「誉めてもらうと心が温かくなるねえ」とも教えてくれました。私は「友達や先生の言葉を素直に受け止めるB子さんは、もっとすごいよ」と誉めました。B子は照れていました。

○ 修学旅行のグループ

「修学旅行なんて行きたくない」「大人になってから行けばいい。あんな所、いつだって行ける」と強がり言っていたB子でした。グループ決めで自分のはのけ者にされると思いこみ、哀れな自分を想像していたのでした。正直言って、私もB子を受け入れてくれるグループがあるのかと不安でしたが、「先生も行くから、いざとなったらずーっと先生のそばにいればいいよ」と言って安心させました。

ところが、グループはすんなり決まり、B子は男女3人ずつのAグループになりました。昨年の野外学習時に、B子が炊事や片付けを人の分まで黙ってやったことをグループの子が覚えていて、B子の良い部分を認めていたのでした。

B子は自分が見捨てられなかったことを安堵し、自分を受け入れてくれた友達に感謝しました。私は、「人に感謝する気持ちを持っている子は今時珍しいよ」と誉めると、嬉しそうにうなずきました。

グループの生徒にB子の気持ちを伝えると、「保健室へ行ってB子さんと話す機会を増やすね」と言ってくれました。そして、何回か保健室で会話をする姿が見られるようになりました。B子は「自分の思っていることを話したら、皆も一緒だと言ってくれた。ほっとした」と教えてくれました。

○ 修学旅行

昼間保健室で寝ることが多かったB子は、ディズニーランドでダウンしてしまい、2時間ほど休養室で休ませてもらいました。その間、グループの女子が何回もB子を心配して、本部にB子の様子を伺いに来ました。

私はB子にそのことを伝えました。「私がないから、きっと皆楽しんでいると思った。嫌われているかもしれないと思っていた」とB子は言いました。自分のことを心配してくれる友達がいることを嬉しく思い、B子をほっとさせました。

夜になり、また眠れないと迷惑がかかるので「先生、私が寝れるまで手を握って！」と言います。私は、B子の手を握って付き添いました。

「昨夜、グループの子と話した。ちょっと気をつかったけれど楽しかった。私にすごく気をつかってくれたの」と教えてくれました。いつも気をつけているB子が、修学旅行中は逆に回りが自分のことを気遣ってくれたのでした。

↓

「気をつかわなくてもいいと思うと気が楽になり、自分の思ったことが言えそう」「旅行中、自分の嫌な部分を一杯言われると思ったけど、そんなことはなかった。自然に溶け込むことができた」と嬉しそうに修学旅行での喜びを語りました。

私が「人のありがたさが分かるB子さんはえらいよ。B子さんの良さはひよっとしたら、自分より他人の方が分かっているのかもしれないよ」と言うと、笑っていました。

人の目や心が怖くて、本当の自分でない自分をつくっていたB子は、人の温かさにふれることで、少しずつ心が安定してくるようになりました。

6 まとめ

- ・ 「あなたが感じたり、思ったり、考えたりしたことを、そのまま出せばいいですよ。そのままのあなたで大丈夫ですよ」というメッセージを伝え続けることで、やがてありのままの自分で良いと感じられるようになる。
- ・ 自己肯定感を持たせ、人間関係の中で「安心して自分自身でいられる」ことを体験させる。そうすることで心を開いて自分に自信をつけることができるようになってくる。

<参考文献>

- ・ 「育てるカウンセリング」入門 金子書房
- ・ 「好ましい人間関係を育てるカウンセリング」 手塚郁恵 学事出版