校長研修だより５６

「傾聴」

2022・5・18　　重枝 一郎

なぜ,「傾聴」によって安心感が高まるのか。昨年度，この話を谷口先生とよくした。また，この「傾聴」についての話を４月末に行われた後援会中高部会において保護者にも話した。本校の先生方の武器は「傾聴」であると。そして,「傾聴」について以下のような話をした。

人が抱えている「課題」「悩み」「夢」「目標」・・・これらのものは目に見えない。どういう状態かと言うと，たくさんの荷物を手に抱えている自分を想像してみてほしい。
私は研修とかで一人の人に実際にたくさんの荷物を持ってもらい，その人に問うと・・・
「今どんな気持ち？」　「重たい」「早く置きたい」「助けて～」
「今いくつ荷物を持っている？」　「よくわからない」「そんな余裕はない」
その荷物を受け取ることが**「傾聴」**である。

本校の先生は，様々な場面でよく生徒の話を聞いている。休み時間，放課後・・・いろんな場所で何度も見る。勉強を教えながら「傾聴」しているときもある。私がその姿を見て，しばらくしてそこに戻るとまだいる・・・。おそらく時間をかけて「傾聴」しているのだと思う。

荷物を一つ受け取り，二つ受け取り，下に置いていく。相手はどんどん軽くなっていく。心も身体も。
「今どんな気持ち？」と再び問うと,「すっきりした」「楽になった」と言う。
「今いくつ荷物を持っている？」と再び問うと，手ばなした荷物を見て明確に個数を答えられる。

つまり,「放す」ことで生じる心理的負担の軽減,「離す」ことで生じる客観性，これが「傾聴」の効果である。それが安心感を生み出す理由である。

この話にはプラスαがあって，デモンストレーションで，荷物を受け取っている最中に荷物を増やしたりする。これは,「傾聴」の最中にこちらがアドバイスや励ましをしている状態になる。
例えば・・・

「この荷物はあなたにとって何？」と生徒に問うたとする。「数学の点数を上げることです」

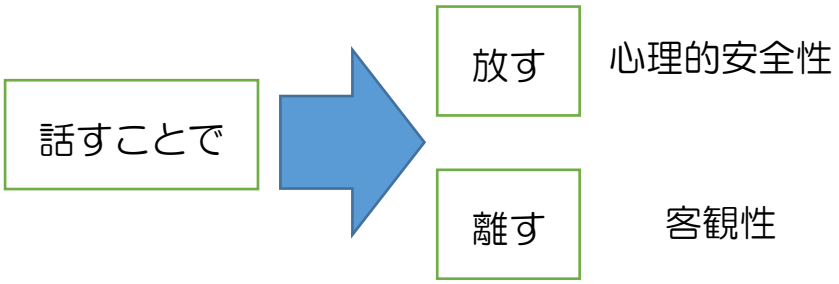
「そうか，数学の点数を上げたいのか。よし，じゃあ①この問題集を１ヶ月でやろう」②「週に１回，いや毎日提出してみて」③「しっかり点検するから」④「がんばれよ」

これは，「傾聴」で少し減ったかもしれない荷物を４つも増やしていることになる。良かれと思ってしたせっかくのアドバイスや励ましが機能しなくなる。なのに教師は「アドバイス通りやらない，聞く耳を持たない生徒」と思ったりする。

ではどうしたら機能するか。まずは「傾聴」に徹して，持っている荷物をしっかりすべて受け取る。そして，アドバイスや励ましを受け取るスペースをつくる。ストレートに励ましやアドバイスが伝わるようにしたい。

また，「共感」について少し話すと，例えば，生徒が「A 先生，ほんとむかつくんです。いつもできる子ばかりひいきして，私ががんばっても全くほめてもらえません」

これに対して，「そうだよね。むかつくよね。わかるよ。でも大丈夫。きっと A 先生はちゃんと見てくれているよ」と言ったとする。これは同じ立場に立って共感はしているが「傾聴」はしていないことになる。生徒の訴えを受け取っているようで受け取っていない。その上で励ましている状態になる。荷物を渡している状態である。

一方，「そうなんだ。A 先生にむかついているんだ。できる子ばかりひいきして，ほめてもらっていないんだ」これが「傾聴」になる。突き詰めれば，「は～」「ふ～ん」「へ～」「ほ～」である。生徒に話す**「タイミングという武器」**を使うのは「傾聴後」がいい。

「話す」ことで『「放す」と「離す」』が実現すると，相手の荷物が降り，気づくスペースが生まれ，アドバイスや励ましが刺さっていく。