

## ウインザー効果

2023・11・29 重枝 一郎

一昔前から、インターネットなどの発展もあって、生徒の悩みやトラブルなどが私たち教師からは見えにくくなっているという問題がある。以前であれば、教師の手の届く範囲の問題が多かった。そのため、解決のための手立てもすぐに打つことが可能であった。しかし最近では、ネットいじめ問題だけでなく、家庭での虐待やヤングケアラーの問題なども含めて、教師にはわからない部分で生徒が苦しんだり、悩んだりしていることが増えている。

では、教師はどうすればよいのだろうか。

私自身、長年生徒指導を担当していたこともあり、その感度は高い。変化に対応していかなければならないという考えももっている。しかし、悩める生徒に対して、これまでのように「問題を解決してあげよう」というスタンスだと、その「問題」自体になかなか手が届いていないことがある。

ある専門家は「アドバイスのリスク」という言い方をする。これは「問題」に手が届いていない状態で、教師が何とか解決してあげたいという気持ちから、「～したら」とか「～した方がよいと思うよ」などと、問題の解決策をアドバイスすることを言う。これはアドバイスを受けた生徒が、そのアドバイスを「実行するか 実行しないか」という選択に迫られ、心理的な負担を大きくする。また、アドバイスを受けることによって、今までの自分の行動が否定されているように感じる。アドバイスを聞いて、自分でも努力したけれどうまくいかないこともある。そうするとアドバイスをくれた教師に会いづらくなることもある。そして生徒が、「結局、自分は何をやってもダメなんだ」と自信を失うこともある。

では、繰り返すが、教師はどうすればよいのだろうか。

スクールカウンセラーとの連携の中にヒントがあるように思う。スクールカウンセラーの役割において、カウンセリングでは「何を言っても大丈夫」という自由が保障される。例えば、カウンセリングの中で「死にたい」とか「殺したい」と言っても責められることはない。カウンセラーが、つらい思いをしている生徒に対して言うのは「私は毎日あなたを助けられる人ではない。だから助けてくれる人を一緒に探してみよう」と呼びかける。「誰だったらわかってくれそうか」「誰なら味方になってくれそうか」などと、問題を解決するアドバイスではなく、助けてくれそうな人を探そうという話をする。

「助けてくれそうな人」の雰囲気づくりにおいて、私が昔から大事にしているやり方がある。それは「ウインザー効果」である。「ウインザー効果」とは、当事者よりも第三者が発信した情報の方が信頼されやすいという心理効果のことを言う。このことはみなさんも無意識的に行っていると思う。「A先生はこんな人（いいウワサ）」「B先生はあなたの〇〇なところをほめていたよ」など、間接的にほめると、信憑性が高まる。それによって「助けてくれる人」という感情をもつことができるだろうし、自分を含めた二重三重のサポート体制もつくりやすい。

それでも私たちはアドバイスをしてしまうと思う。何か言わないと生徒から無関心と思われるのが嫌だから。ただ、「問題」に手が届いてない状態でいろいろアドバイスするのはよくない。私たちが「助けてくれる人」になるために、生徒の悩みや苦しみに共感し、一緒に整理しながら、考えや行動をつくっていくことが大切である。