

# 学校づくりのベースに選択理論を

## 神奈川県立相模向陽館高校の選択

生徒に通年の授業で選択理論の考え方を伝えていこうとの思いで、学校の独自科目「すこやか」を実施しています

### 選択理論で新しい学校を創る

神奈川県立相模向陽館高校は全校生徒の

- ・ 四割強が小・中学校時に不登校を経験
- ・ 三割強が経済的に苦しい状況
- ・ 一割強が外国につながりのある生徒
- ・ 九割強の生徒が学力不振の状態

さらには中学校時代に荒れていた生徒、発達障害を考慮しなければならない生徒、親子関係や家庭内不和・暴力に悩まされている生徒……。

これが本校生徒の入学時のおおよその状況です。

かつて、生徒指導が大変な学校のことを

「教育困難校」あるいは「課題集中校」などと称した時期がありました。全国的に展開された高校改革の目的の一つには、こうした学校の苦しい状況を改善・解消することが含まれていたと思います。

そうした中であつて、本校はまさしく教育困難校を地で行く学校と言えるでしょう。

平成二二年四月に開校したばかりの本校は、生徒が午前部か午後部のどちらかに所属し、昼間の時間帯から半日単位で四年間学ぶことができる、単位制による多部制定時制課程の普通科高校です。

本校は学校紹介用の「学校ナビゲーション」というパンフレットの中で「入学者像」を明確に打ち出しています。すなわち「小・

中学校時代に勉強や友人のことで悩み、傷ついたことのある人」。具体的には学力に人一倍不安を感じている、やる気はあるのになかなか勉強についていけない、これまでに不登校を経験した、外国籍等で日本語の理解が十分でない、経済的理由で働किながら学びたい……。こうした生徒たちが臆することなく受験にチャレンジできる高校として、本校はオープンしました。

したがって本校は開校準備の段階から、敢えて覚悟して教育困難校路線を選択した学校なのです。それは別の表現をすれば、「教育困難」はイコール「学習困難」ではない、ということを経験することを負った学校である、とも言えるでしょう。

神奈川県立相模向陽館高等学校長

伊藤 昭彦

本校は「教育を施すという視点以上に、生徒たちの学習を阻害しているものに焦点を当て、その障害を取り除くことができれば、生徒はつかえが取れ、自ら学び始めるのではないか」という発想のもと開校した学校です。

開校準備のプロセスで「入学者像」の輪郭を定めた当時の私たちスタッフは、「本校に入学してくる生徒たちは、何が原因で今の状況にあるのだろうか」と考えました。導き出された答えは、「おそらくこうした生徒たちは、成長過程において、家庭では親から、学校に入ってから教師からも、またその外見だけで判断されて地域の人からも、批判され、責められ、罰せられ……という処遇を受け続けてきたのではないか。その結果、いじけたり、遠慮がちになり自分を悲観したり、場合によっては反抗的、攻撃的になった挙げ句に人間不信や勉強嫌い、不登校といった症状を呈するようになってしまったのではないか」というものです。

もしもこの想定が当たっていた場合、本校の職員が何ら工夫せずに、従前のありが

ちな生徒指導・対応に終始したとしたら、せっかく入学した生徒たちはまたドロップアウトし落伍してしまうのではないか。なんとか学習の障害を取り除くことにより、生徒たちがいきいきと学ぶことができる学校を創設することはできないか。

私たち教員は、二〇世紀に生まれ、二〇世紀の学校に入学・卒業後、教員という職業を通して社会に貢献しています。すなわち、私たちは二〇世紀において半生を生きてきた人間です。ですから、その私たちが創る学校は、よほど気をつけないと二〇世紀の学校を再生産してしまいかねないのです。しかしながら私たちが創る学校には、たとえ誕生は二〇世紀でも、確実に二一世紀を生き、二一世紀を創り、二一世紀を担っていく生徒たちが入学してきます。

したがって、私たちは過去の思考や慣わしにとらわれることなく、今までの学校としてのやり方やあり方をいったんリセットし、もう一度教育の原点に立ち返って、二一世紀に通用する新しい考えで学校を創っていかなくてはいけない。新しい学校文化の創造。そのためには「これまでを疑い、

これからの創るのだ！」と意気込んだものの、実際に、今の学校や教育のシステムをどのように変えればよいのか。第一そうした学校づくりを進めるための方法論は一体どこにあるのか。私たちが現実の壁に突き当たり、途方に暮れかけていたときでした。

法政大学教授の宮城まり子先生のご紹介で、私は偶然、柿谷正期立正大学教授（日本選択理論心理学会長・NPO法人日本リアリティセラピー協会理事長）にお会いする機会を得ました。柿谷先生との三時間及以上面談を経て、私は「本校に入ってくる生徒を迎える職員にとって、学ぶ必要のある方法論は、この選択理論だ」との確信を得ました。その理由を三つ挙げます。

選択理論は、それを適用する対象として主に次の三つを掲げています。すなわち、  
・カウンセリングではリアリティセラピー  
・マネジメントではリード・マネジメント  
・教育においてはクオリティ・スクール  
そしてこの三点の追求こそが、まさしく本校の学校運営を軌道に乗せることができるか否かの鍵を握る、と強く感じました。様々なことで人と衝突しがちで、そのた

びに落ち込んだり、キレたりしがちな本校の生徒を迎える職員にとって、カウンセリングスキルは欠かせない素養の一つです。リアリティセラピーは過去よりもこれらに焦点を当てること、また、人間関係の改善にスポットを当てた手法という点で、生徒対応において有効との印象を受けました。

また、指導・支援に苦慮する生徒が多く在籍するであろう本校においては、職員のメンタルヘルスをどう維持するか、ということも重要な点でした。孤立から連帯へ、個業から協業へという学校の風土を形成する上で、リード・マネジメントは明るく元気で、やりがいを感じられる職場づくりにおおいに貢献するだろう、と想像しました。

そして極め付きはクオリティ・スクール（強制が排除された学習環境にあつて、学習効果が着実に上がり、生徒も保護者も教員も、学校が喜びの場であるとの認識が持てる学校）の着想とその取り組みでした。

確かにアメリカとは教育システムの異なる日本において、クオリティ・スクールの実現は難しいでしょう。しかし、前述した「教育を施す」という視点以上に、生徒たち

の学習を阻害しているものに焦点を当て、その障害を取り除くことができれば、生徒はつかえが取れ、自ら学び始めるのではないかと」という仮説を実証するために、クオリティ・スクールをめざすということは、大きな挑戦であると同時に、教育改革そのものである、と感じました。

その後、柿谷先生の多大なご協力の下、平成二二年五月に開校準備に当たっていた教員スタッフ一五名全員で、リアリティセラピー集中基礎講座を受講する機会を設けました。受講後、私たちはワークショップを重ね、五月末の時点で、みんなで力を合わせ「日本初のクオリティ・スクールをめざそう」と確認し合うことができました。

以来、本校に赴任した教員は全員、年度当初にリアリティセラピー集中基礎講座を受講し、本校のめざす理念を確認し、ベクトルを合わせた上で仕事に臨んでいます。

#### 学校づくりは組織づくり

##### —— 職場の活性化

(1) ロールプレイ——垣根を取り払う

選択理論心理学に限らず、すべての学び

は継続することでその真価が発揮されます。一期生が入学してくる以前の段階から現在に至るまで、私たちは選択理論に基づくカウンセリングであるリアリティセラピーの手法を身につけるために、「ロールプレイ」に意欲的に取り組んでいます。

ロールプレイでは、身近な「悩み」を事例として取り上げ、一人のクライアント役に対して複数のカウンセラー役が相手をする、というトレーニングを進めています。

このロールプレイを何回も経験すると、実に様々なことに気づかされます。例えば、悩みの内容は異なっても、悩んでいる人に共通することがあります。悩んでいる人の話や訴えを聞いてみると、必ずと言ってよいほど、自分以外の人間や自分が置かれている環境・状況に対する「文句」と「言い訳」が口をついて出てきます。自分は悪くなく、すべては周りの人間が悪いという自己正当化。あるいは、自分はちゃんとしているのに周りの環境が悪いのですべてがうまくいかない……などというように。

このように、文句や言い訳が多い「悩める人」に対して、リアリティセラピーでは

基本線としては「過去と他人は変えられない。変えられるのは未来と自分だけ」ということに気づいてもらいながら、クライアントが悩んでいる、という状態から脱するための選択肢を増やすお手伝いをします。

生徒対応のスキルアップとして、見よう見まねで始めたロールプレイでしたが、その効果は意外なところですぐに現れました。教員個々が、相互にクライアント役やカウンセラー役を演じることで次のような収穫を得ました。

自分自身が抱えている悩みや困難に対しての解決の糸口や参考となる対処法が見つかる、ということに気づくことができました。

同僚の個性や人となり、考え方の一端に触れることで、互いの距離が縮まり、親しくなるきっかけを得ることができた。

職員室の空気が柔らかくなり、悩みを個人で抱え込まず、同僚間で共有しようとする雰囲気醸成されてきた。

ロールプレイは、多様な立場や価値観への認識・理解を得て、互いに尊重しながら合意形成を図る、という課題解決の方策を

探るためのスキルアップ・トレーニングの機会として効果絶大です。本校では現在でも、ロールプレイの効用を体感するために、毎月一回はロールプレイを行う機会を設けるよう心がけています。

## (2) 決めない会議——ワールド・カフェ

参加者全員で課題を浮き彫りにし、その課題を解決するために有効と思われるアイデアを披露し合ったり、具体的な方策を考える際のヒントを出し合ったりという、むしろ会議以上に会議本来の目的を容易に果たすことが可能な手法として「ワールド・カフェ」というものがあります。

ワールド・カフェは「決めない会議」でありながら、通常の「決めるための会議」

以上にものごとが決まってしまう、不思議な効力のある会議です。なぜでしょうか。

その答えはおそらく、「人の意見は批判せず、むしろ自分の考えを膨らませるきっかけにする」というルールの中にあります。

会議を、自分の意見を通すために、人の意見を批判したり、反対したりするもの、ととらえず、自分の意見も表明し、人の意

見にも耳を傾け、できれば自分も人も互いに触発し、啓発し合いながら、協働してより良い意見に仕上げていく、という点がワールド・カフェの妙味です。

言い換えれば、相手や周りの人を打ち負かすための議論をするのではなく、相手も自分も高められ、お互いの関係性をより良くするための手法なのです。

素直に飾らず自分の意見や思いを伝え、人も同じように振る舞う。その結果「なんだ、この人も自分と同じ考えだったのか」、あるいはまた「あの人はあんなふうに思っていたのか」ということに、わずかに四〇分ほどの、カフェでお茶を飲むような感覚の中で気づき、分かち合うことができるのです。

知らず知らずのうちに意見交換の場にも分も積極的に参加し、みんなで探った方向性なので、その結果に対しても責任感が生じます。そこには、「会議で結論は出たよっだけれど、自分ははじめから原案には反対だったから協力しない」などと、自分だけ距離を置くということは起こり得ません。本校の教員は、生徒との確かな関係づく



りに取り組む集団です。したがって、教員同士も普段から、お互いの関係性をよりよくすることに意を用いています。そんな私たちにとってワールド・カフェは、楽しみながら簡単に取り組むことができ、ものごとの方向性の確認や意思疎通という効果も生み出すことができる、とても有益な研修手法の一つとなっています。

### (3) チームビルディング——思いを一つに

一般に、ものごとを改革するには「ビジョン」「戦略」「時間」「仲間」の四つの要素すべてが必要とされています。

このうち、築くことが最も困難で、かつ発展はおろか現状を維持することすらままならないものは、言うまでもなく「仲間」づくりであり、より良い関係性です。

学校、とりわけ高校において教員は、いわゆる「個業」に比べ「協業」の必要性への意識は薄かったと思います。しかし、本校ではそれは通じません。なぜなら、生徒と教員、また生徒同士の確かな関係づくりを標榜している教員自らが、教員同士の関係性や協働性を軽んじていたのでは、生徒

たちに見透かされ、指導も説得力を欠くものとなってしまふからです。教員同士が同僚性、協働性を構築することなく、一方で生徒との確かな関係づくりを求めることは、絵に描いた餅と言えるでしょう。

誰が悪いのかと犯人探しをするのではなく、何がいけなかったかに焦点を当て、改善していくことができる仕組みづくり。個人の達成にスポットを当て、それを強調するのではなく、グループとしての達

ヘリウムリング



成を称賛し合える職場の風土づくり。常にお互いが「上質」を求め、やりがい、働きがい、生きがいを追求できる、明るい笑顔の絶えない職場の環境づくり。

これら三点は、言つは易く行つに難いことです。本校ではこれも「チームビルディング」という研修を通じて克服・達成しようとしています。

チームビルディングの手法にもいろいろありますが、ここでは「ヘリウムリング」という手法をご紹介します。これは、フラフープのリングを十数人が立って囲み、それぞれが人差し指の指先一本で支え、一人の指も離れないように気をつけながら、全員で協力してリングを床に着地させる、というゲーム感覚でできるアクティビティです。このアクティビティは単純ではありますが、先の三点の達成に向けて、遺憾なくその威力を発揮してくれます。

聞くよりも、見るよりも、まずは試しにチャレンジされることをお勧めします。

さて、ご紹介した「ロールプレイ」「ワールド・カフェ」「チームビルディング」は、すべて「自分を知り、相手を知り、よ

り良い人間関係を築く」ことを目的とした取り組みです。そのベースには、「ほとんどすべての問題や悩みは、身近で重要な人との人間関係がうまく築けないことが原因」という選択理論の考え方で、それに対する処方が身につく取り組みとなっています。

### ライフスキルで「すこやか」に

私たちは通常、選択理論で言う「人間関係を壊す七つの習慣」(批判する・責める・文句を言う・ガミガミ言う・脅す・罰する・ほうびで釣る)にまみれて暮らしています。しかし私たち相模向陽館高校の教員は、生徒にも同僚にも極力この習慣を使わず、代わりに「人間関係を築く七つの方法」(傾聴する・支援する・励ます・尊敬する・信頼する・受容する・意見の違いについて交渉する)を使っていくことと決めました。

その結果、一部生徒の中には「この学校の先生は何をやっても怒らない」と手前勝手な解釈をし、次々問題行動を起こす生徒も出現してしまい、教員たちの生徒対応のあり方に迷いが生じる場面もありました。

しかし私たちは粘り強く、辛抱強く対応することを選択し続けました。そのうちにそうした生徒たちにも徐々に私たちの思いが伝わり、問題行動も減ってきました。

このように開校年度は私たちにとって、教員としての自分自身が問われる試練の年であると同時に、まさしく試行錯誤の一年でもありました。

この反省と教訓から、二年目からは生徒に通年の授業で選択理論の考え方を伝えていくこととの思いで、平成二二年秋から学校の独自科目「すこやか」の開発・実施に向けたプロジェクトに着手しました。

私たちが「すこやか」を開発するにあたっては、次の四点に留意しました。単発ではなく、ストーリー性を持って。選択理論をベースにしつつ、あくまでも生徒のライフスキルアップを主眼に。科目開発は教員だけでなく、選択理論を学ぶ人たちの協働で行い、創造的に。実際の授業展開は、ボランティアの方々

にたくさん入ってもらい、一緒に。本校の生徒は、選択理論を学ぶために入学したわけではありませんが、ライフスキ

ルは乏しく、ぜひ身につけてほしいと考えています。

また、講義形式の座学には集中できない生徒も、体験型のワークショップなら参加意欲が湧きます。そのため、開発には、アイズブレイクやワークショップ手法を知る、教員以外の方々のスキルやアイデアは必須でした。そして実際の授業にも、そういう方々がボランティアとして、教員とともに参加参画するようになりました。そういう授業では、普段は見せない「よい顔」を見せる生徒や、教員以上にボランティアの人に「自己を開いていく」生徒がたくさん出てきました。

前期の「すこやか」は、「自分を知り、他者を知り、互いにより良い関係を築く」との目標のもと、毎週二時間の授業が行われました。後期に向けては、さらに良好な関係性を築くための知恵とスキルを身につけるための学習プログラムを鋭意開発中です。

誌面の都合で「すこやか」の具体的内容は割愛せざるを得ません。詳しくは本ホームページ「ニューズレター」三六号等を

ご覧いただければと思います。以下、「すこやか」を受けた生徒と、家庭で子どもを支える保護者の感想の「く」一部を掲げます。

「すこやか」では、他の学校ではできないことや考えないことがたくさんできて、とてもいい経験をしました。皆で協力することの大切さや人の優しさなどを、味わうことができました」（生徒）

「自分の意見を言うのが苦手だったけど、この勉強を通して少しずつだけと言えるようになった。中学のときよりいっぱい笑うようになった」（生徒）

「子どもの表情が明るくなり、よく笑うようになりました。自分から家族とコミュニケーションも取るようになり、生活リズムができ、心身ともにすこやかになっていると実感している毎日です」（保護者）

### クオリティ・スクールをめざして

選択理論をベースとした、これまでの相模向陽館高校での様々な取り組みは、手づくり、試行錯誤の連続です。しかし、終始一貫している目的は、生徒に「自分の人生



の舵取りは自分で行うのだ」ということを理解してもらおうことです。

この、私たち大人にとっても大変難しいことを、生徒が体得するためには、まず私たち教員が自分の人生にしっかりと向き合うということが求められます。

その上で、教員も保護者もボランティアも、生徒と一緒に考えて考え、力を合わせ、そしてよかれと思う行動を選択していく。そのプロセスにおいて常に「上質」を求め続ける先に、日本におけるクオリティ・スクールの姿が浮かび上がってくるのだと思います。

したがってクオリティ・スクールをめざす今の私たちにとっての最善の選択、それは「相模向陽館高校の舵取りをしっかりと私たち自身の手で行うこと」に尽きます。

\* 神奈川県立相模向陽館高校ホームページ  
<http://www.sagamikoyokan-h.pen-kana.gawa.ed.jp/index.html>

	<b>ピア・サポート実践ガイドブック</b> Q&Aによる ピア・サポートプログラムのすべて 日本ピア・サポート学会／企画 2415円（税込）	ピア・サポートを「どう導入するか」、子どもたちを「どうトレーニングするか」、子どもたちに「どのように実践させるか」—実践上の課題に明快に答えます！
	<b>すぐ始められるピア・サポート指導案&amp;シート集</b> 「ピア・サポートのトレーニングを始めたいけど、何から、どう始めたらいいんだろう……」。こんな人にピッタリなのが本書です。ピア・サポート、始めてみませんか。 森川澄男／監修 菱田準子／著 2415円（税込）	
Tel 03-5754-3346 <b>ほんの森出版</b> [ホームページ] <a href="#">ほんの森出版</a> <input type="text" value="検索"/>		