

3. レジリエンスを高めるための支援者のスタンス

■無意識レベルの相互作用

コミュニケーションの結果に違いをもたらすものは、スキルだけではない。もっと大切なことは？

- (問題児) だから指導が必要と思って関わっているのか？
- (わかそう) だから、助けてあげたいと思って関わっているのか？
- (可能性のある) 人間として、関わっているのか？

支援者の想いが発信源となり、相手の自己イメージに影響する

- ・コミュニケーションの本質は、非言語で起きている (1 : 20000)
- ・言語のやり取り (意識) より、非言語の本音や相手へのとらえ方
- ・子どもたちは、ことばそのものではなく、ことばに乗っている想いや本音を敏感にキャッチし、それに影響され、反応している

コミュニケーションや指導の成果を決めるのは手法ではなく、「目の前の人をどういう存在として扱っているか」という支援者の「あり方」

4. レジリエンスを高めるコーチング的アプローチ (質問アプローチ)

(1) コーチング的アプローチのための脳科学 ～焦点化の原則～

焦点化の原則

- ・私たちの脳は、目の前で起きていることを、正確に見ることはできない。出来事だけでなく、自分のことも、他人のことも、正確に見ていない。(思い込みのフィルターで見ていることを現実としてとらえている)
- ・焦点の使い方は、その人のレジリエンスに大きく影響する。
- ・たった1つしかない焦点を、どこにどう向けるかによって、私たちが感じる (感情) が変わる。能力の発揮や (人間関係)、目標達成力も変わってくる

【最新脳科学の見解】

■脳は、常に、自分のことばや本音や無意識の決めつけをキャッチしている。

■発するコトバがかわれば、焦点が変わり、見えてくるものが変わる。

- 「脳とコトバの関係性」を生かして、焦点を動かすために、活用するのが保健室コーチングの質問アプローチ

(2) これまでのアプローチをどうシフトさせるか？

養護教諭の先生が陥りがちなアプローチとは？

相手の感情にフォーカスして、それを癒そうしていませんか？

過去の話や困った話を聴くだけになっていませんか？



優しくすることと一緒に泣いてあげることが、「受容と共感」だと思いませんか？

かわいそうな子……。私が助けてあげなきゃ！という想いで関わっていませんか？

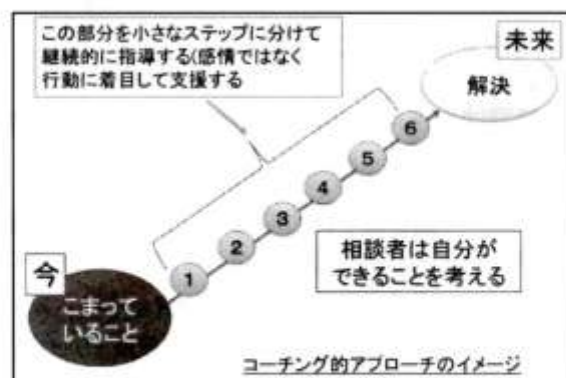
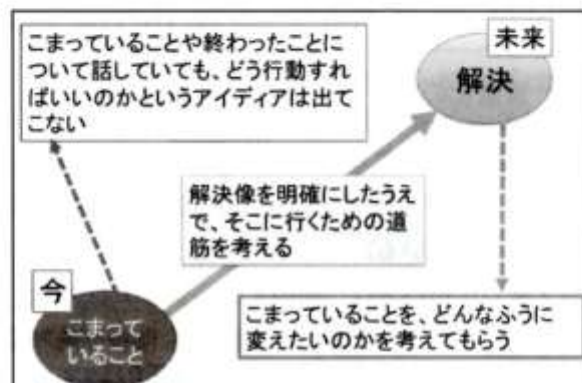
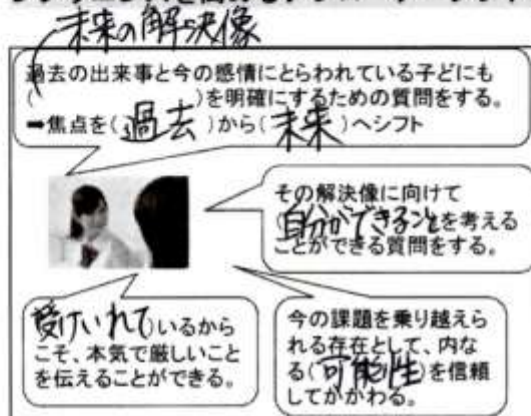
Q. 困っていることを、延々聴いていても、前に向くための「答え」や「具体的な行動」につながらないのはなぜでしょう？

- A. 一つしかない「意識の焦点」が、(過去) と (困ったこと (問題)) に向いているから。
 A. 話せば話すほど、(主観的ストーリー) の中に、子ども自身が入り込み、(思い込み) を強化してしまうから。

負のスパイラルから引き上げるには、

出来事や感情を客観的に見る視点を持たせ、子どもが抱えている課題を、「過去、現在、未来」というタイムライン上で思考させるためのアプローチが必要

レジリエンスを高めるアプローチへシフトしよう！



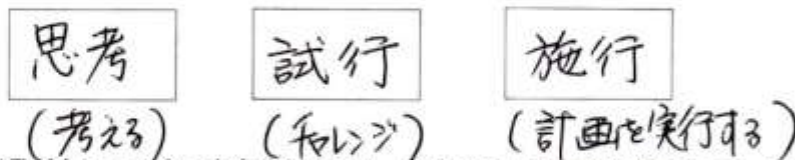
3つの「シコウ」が、生きる力を育てる。

答えを与えてしまえば、「ふーん」で終わり。周りが悩みを排除してしまえば、それで終わり。

その子がすべきことをしてあげることは優しさではない。

正解ばかりを求める人（子どもに限らず）は、3つの「シコウ」をしないので、成長しない。

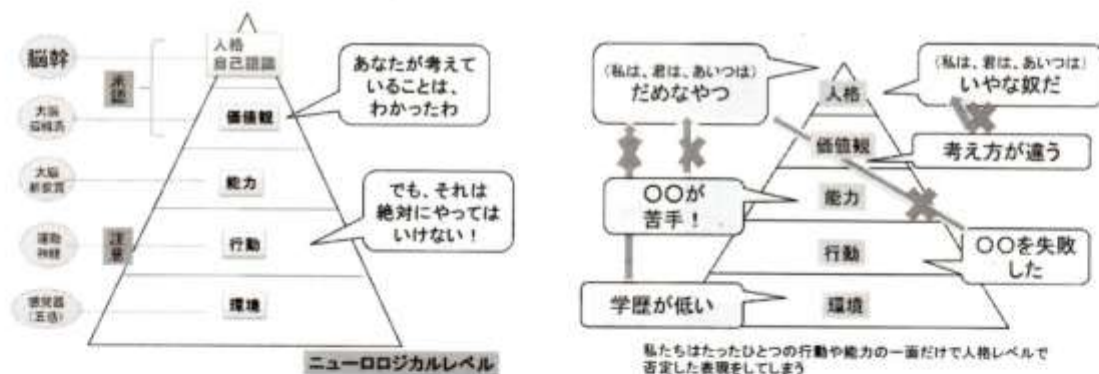
→生きる力を育てる3つのシコウとは何だろう？



※子どもにこの3つを育てるためには、まずは大人自身が実践すること！子どもは、大人の矛盾を見抜いています。

5. レジリエンスを高める存在承認 ～ほめると叱るの脳科学～

子どもたちは、何を一番認めてほしいと思っているのか？



◆能力で自分の価値をつないでいるが、価値観や存在承認がされていない子は、自分が価値をつないでいる分野で「自分より、能力が高い人」が現れたり、何らかの事情でその分野での能力発揮が不可能になった時、自分の価値そのものがなくなったように感じてしまう。

◆人との比較から生まれた自信ほどもろいものはないし、それは本当の自己肯定感ではない。

◆「あなたは2回うそを言いましたね」と「あなたはうそつきだ」は、脳科学的に考えても、伝えるメッセージが全く違う。

◆環境や行動、能力などを、人格に結び付けて表現する人は、落ち込みやすく、引きずる傾向がある。