

教育観・人間観についてのカウンセリングの視点からの一考察

— 短期大学生の自己効力感を高める授業の工夫 —

A Consideration from a Counseling Perspective on Educational Views and Human Views: Ingenuity of Classes to Increase Self-Efficacy of Junior College Students

倉澤 俊夫 国際学院埼玉短期大学

人間を生まれながらにして、「善としてみるか、悪としてみるか」、そのことは、人間を援助していく上で、根本的な違いになる。カウンセリングも教育も人間を相手にした仕事である。本研究では、保育者養成に関わる教員としての教育観、人間観についてカウンセリングの視点から再考察するものである。

また、アルバート・バンジュラ（1977）が社会学習理論の中で提唱した自己効力感（課題や乗り越えなくてはならないハードルを前にして、自分がそれを達成できる認識）を高めていくことが、2年間という短い学生生活を有意義に過ごすために大切な視点であるにとらえた。

学生は2年間という短い期間の中で、保育実習、教育実習等、乗り越えていかなければならない大きな壁がある。その壁を乗り越えていく力となるのが、がんばれば乗り越えられそうだという自信である自己効力感である。

そのためには、学生が一日の大半を過ごす時間である日々の授業を工夫改善し、学生同士の討論や発表を多く取り入れた、アクティブラーニング的な手法を用いた授業が有効ではないかと考えた。日々の授業の中で培った力が、実習等乗り越えなくてはならない大きな壁に立ち向かう原動力になっていくのではないかと考える。

キーワード：教育観、人間観、カウンセリング、自己効力感、アクティブラーニング

1. はじめに

本学の幼児保育学科の学生は、2年間後、保育現場で社会人としてのスタートを切ることとなる。卒業までの2年間という短い期間に、保育に対する基礎的な知識を学び、保育者としての資質を高め、どの子も伸びる力を持っているという教育観・人間観を持って保育の現場で子どもたちと関わって欲しい。また、がんばればできるというプラス思考の考え方に立った生き方、考え方をしたいと願っている。

そのためには、保育者養成に関わる教員も、どの学生も伸びる力を持っているというプラス思考に立った教育観、人間観を持って学生に関わっていかなければならない。

本稿は、保育者養成の大学の教員としての教育観・人間観についてカウンセリングの視点から論じるものである。

教員の仕事は、児童生徒・学生の将来に大きな影響を与える重要な仕事であり、それだけ、責任の重い仕事である。

私は永年教育の仕事に携わる中で、「愛」が、すべての教育者において必要なことであると確

信している。

エーリッヒ・フロム（1956）は「愛するということ」の中で、「愛することの前提として、可能性を信じること」と述べている。私は教育の前提として、一人一人の人間の可能性を信じることから教育が始まり、そこが教育の原点であると思っている。

また、私は、カウンセリング理論を学び、相談機関などで数多くのカウンセリングの実務経験を重ねる中で、カウンセリング理論の背景には、無償の愛があり、人間は必要な支援、援助さえあれば自ら伸びていく存在であるというプラス思考に立った教育観、人間観が必要であることを学ぶことができた。

2. カウンセリングの視点からの教育観、人間観

2-1 教育者としての教育観・人間観

人間を生まれながらにして、「善としてみるか、悪としてみるか」、そのことは、人間を援助していく上で、根本的な違いである。カウンセリングも教育も人間を相手にした仕事である。

アブラハム・マズロー（1954）は、人間は「性善的存在」あり、「こうありたい」自分が目指す「自己実現」の欲求を備えた存在であるという人間観をもって、「欲求の5段階説」を提唱した。人間には、①生理的な欲求 ②安全の欲求 ③所属と愛の欲求 ④承認の欲求 ⑤自己実現の欲求があるという。

人間は、①生理的な欲求 ②安全の欲求 ③所属と愛の欲求 ④承認の欲求 ⑤自己実現の欲求という欠乏動機が満たされたとき、真の「成長動機」である「自己実現」の欲求が表れてくると言う。

「自己実現」とは、自分の持てるものを最高に発揮して生きること、自分を最高限度まで実現しようとすることである。

そのためには、教員が学生に対して、自分は人から愛されている存在であることの自覚を促し、頑張った時に、その過程を認め、自信をつけさせていくことが必要である。また、本人の希望や目標の実現のために様々な角度からサポートし、自己実現を応援しながら見守る、こういった姿勢が、教育に関わるものとしての必要な姿勢である。

私は、マズローの考え方に立ち、人間は「性善的な存在」であるという教育観、人間観を持って学生と関わっていきたいと考えている。

2-2 「カール・ロジャーズ」の人間観

「カール・ロジャーズ」（1939）は、「従来行われてきたカウンセリングは、指示的なカウンセリング」であると批判し、「非指示的なカウンセリング」「来談者中心療法」を提唱した。

人間はそもそも自分自身を実現しようとする力を持っているが、様々な要因によって発揮できないことがある。その力が発揮できるようにするために側面から援助を必要としている存在でもあり、援助さえあれば自己成長する力は自分自身に備わっていると考ええる。

また、平木（1989）は、「カウンセリング」をバスケットボールの中でのボールのやり取りにたとえている。

教師と生徒がボールを投げ合いながらゴールを目指して進んでいく。お互いに前に向かって進

んでいくから、相手がちょうど進んでいくところにボールを投げなければならない。教師がちょうど生徒が進んでいくところにボール投げなければ、相手も前に進んでいるから、上手に言葉のやりとりをすることはできない。相手が話したことに対して適切に言葉で返していくカウンセリングの手法に対する的確な指摘である。

さらに、人が人間関係をうまくやっていくためには、言葉のやり取り、相手と言葉を交わすことも重要である。話し過ぎても、聞くだけでもだめなのである。

教員も保育者も言葉のやり取りが上手にできるようになることが必要である。そのためには、言葉のやり取りの訓練が必要である。相手からボールが投げられた時に、最もタイミング良くボールを投げ返す訓練である。

2-3 準拠枠について

人間は、様々な経験を通して、自分が物事をとらえる「準拠枠」を持っている。

例えば、「悔しい」という言葉を使って相手が表現していることが、自分の思っている「悔しい」とは違うことに気が付くことがある。また、人の話を聞くときに、自分の勝手な思い込み、枠組みの中で人の話を解釈してしまうことがある。

相手が「悔しい」という言葉で表現した時は、相手が話す「悔しい」とはどういうことなのか、丁寧に傾聴し、相手が「悔しい」という言葉で表現する言葉の意味を確かめていくことが必要である。

保育者に求められる資質の一つに人の話を傾聴する力がある。保育現場に入れば、コミュニケーション能力は必須であり、そのことに不安を抱える学生も多い。

そこで、昨年度から、教育原理の「保育者の専門性」の講義の中に、「保育者として必要なカウンセリングの基礎」を取り入れることとした。

授業後に書いた学生の「振り返りシート」の一部（表1）を掲載する。

表1 「振り返りシート」の一部（抜粋）

○カウンセリングについて

- ・カウンセリングの力をつけて、自分だけの判断基準で決めるのではなくて、しっかり話を聞いて、相談しやすい保育者になれるように頑張りたいです。
- ・相手に自分の考えを押しつけるのではなくて、話をしっかりと聞くことが大切だと思いました。
- ・保育者になるためには人の話を聞く力を身につけることがとても大事なことだと認識しました。
- ・人の話をしっかりと聞くことを意識することが大事です。準拠枠という言葉の意味もよくわかりました。自分の考えを押しつけないことが大事です。

- ・カウンセリングの重要性を学びました。保護者の話を丁寧に聞き、自分勝手な解釈で対応することがないようにしたいです。
- ・保育者にはカウンセリングの力がすごく大事だと思いました。丁寧に聞くことを心がけ、自分勝手に相手の気持ちを決めつけて話を進めてしまうのではなく、「〇〇さんの話したい事は〇〇ですか？」と確かめながら話を聞きたいと思います。
- ・保育者は保護者との信頼関係をしっかりとつくっていくことが重要です。そのためには、カウンセリングの力をつけることが必要だとわかりました。

○準拠枠について

- ・人の話を聞く時に自分自身の準拠枠を押しつけず、相手のことをしっかりと考えて聞くことができるようになりたいと思いました。
- ・自分と相手の準拠枠は違います。無理に自分の考えを押しつけるのではなくて、相手の考えにしっかりと耳を傾けることが大切だと思います。保育者として、人の話を聞く力を身につけることが大事だと思います。
- ・準拠枠について学びました。保育者として人の話を聞く力を身につけ、もっと人間性を磨いていきたいと思いました。
- ・自分の準拠枠で判断し、自分の価値観を押し付けてしまうことはよくないことです。相手の考えていることと自分の考えの違いを、少しでもなくし、保護者に対して真剣に向き合っていきたいです。
- ・準拠枠の差異に着目することがとても大切だと思いました。

○保育者として

- ・保護者の方からの信頼を得るために言葉の裏にある本当の気持ちを理解することが必要です。そのために、丁寧に話を聞き、少しでも不安が和らぐようにしていくため、カウンセリングの知識をもっと身につけていきたいです。
- ・保護者からの相談にしっかり応えて満足してもらえるように、今から人の話を聞く力を身につけたいと思います。
- ・保護者の方に安心してもらえるように聞く力を身につけたいと思います。
- ・保護者から相談されたときは、何について悩んでいるのか丁寧に確認することが大切だと学びました。友達からの相談を受けた時に試してみようと思います。
- ・保護者の方が相談に来た時も自分の基準である準拠枠で判断せず、保護者の言いたいことを理解できるまで丁寧に聞きたいと思いました。
- ・保護者から子供のことで相談を受けた時、自分の準拠枠で勝手に物事を判断するのではなく、相手の気持ちに寄り添った柔軟な対応ができる保育者になりたいです。
- ・カウンセリングについてすごく興味がわきました。人の話を聞いて共感しあい、解決に向かう手助けをしたいです。相手と心を通わせられるように寄り添い丁寧に話を聞くことが大事だと感じました。

一部の学生の感想であるが、保育者を目指す学生の多くが、幼児との関わりはもちろんのこと、保護者、同僚等とのコミュニケーションの必要性を感じ、自分自身のコミュニケーション能力やカウンセリング能力を向上させたいという意識が高いことがうかがわれる。

2-4 「みる」力、「きく」力

ここでは、保育者として必要な資質である、「みる」こと、「きく」ことについて論じておきたい。

「みる」という字には、「見る」「視る」「診る」「観る」「看る」(表2)など様々な漢字の表記がある。それぞれどのような違いをもつのか、カウンセリングの視点に立ってその漢字の持つ意味を考えてみることにする。

表2 「みる」「きく」の表記による意味の違い

見 る	なんとなく見る。ながめる。
視 る	目を使ってものの形や様子を探る。視察する。視点を一点に集中する。
診 る	診察する。みて推量する。調べる。
看 る	看護の看であって、目の上に手がかざされている形からできた字である。目の上に手をかざして見ること。「焦点」を定めて、みるべきものを見る。
聞 く	音をきく。単に耳に音が入って来る。
訊 く	尋問する。こちらから尋ねたいことをきく。
聴 く	耳で聞いたことを心で受け止め、本当に相手が何を言おうとしているかきちんと受け止めようとしてきく。

同じく、「きく」という字には、「聞く」「訊く」「聴く」など様々な漢字の表記(表2)がある。

同じ「みる」「きく」でも、漢字の表記により、意味合いが全く違ってくる。私は、特に、「看る」と「聴く」という漢字に着目しなければならないと考えている。「看る」には、「看病」や「看護」の熟語があるように、「注意深く見る」「見守る」「世話をする」という意味があり、人が人を思いやり、関わろうとする時の基本が示されている。

また、「聴く」という漢字には、相手の話をしっかりきき、その言葉に何が含まれているのか聞き取り理解するという意味があると考えられる。

したがって、保育者をめざす学生には、「看る」力と同時に「聴く」力も身に付けて欲しいと願っている。

2-5 自己を見つめ直す「内観法」

カウンセリングの手法には様々なものがあるが、日本独自に始められたものに「内観法」がある。「内観法」とは、吉本（1993）が、身調べと呼ばれていた自己省察法をもとに始めた心理療法の一つである。

内観法では、静かな部屋の隅に置かれた屏風で囲まれた空間に座り、毎日、午前5時から午後9時まで7日間、母親に「してもらったこと」「して返したこと」「迷惑をかけたこと」について、幼少時にさかのぼって調べていく。

内観を通して、人間は、人にしてもらったことよりも、人にして返したことの少なさ、迷惑をかけたことの多さに気が付き、そのことが、自己を見直す大きなきっかけになるという考え方である。

自分自身の内観法の経験から、特に、教師（人に教える立場にいるもの）は、常に、感謝の気持ちや忘れぬこと、人に迷惑をかけないこと、恩着せがましくならぬことを常としなければならないと自覚することができた。

また、真仁田（1988）は、ある野球監督の話をもとに、選手を育てる5つのポイントを示している。①一人一人の選手をよく理解すること。②自分の考えを伝えること。③「やればできるといふ自信を持たせること。」④「じれっさに耐える」こと。⑤恩に着せないこと。

真仁田のこの5点の指摘は、教育に携る者に対する鋭い指摘でもある。

人間は、じれっさに耐えられなくなった時に、相手に対してはっぱをかけすぎてしまったり、恩着せがましくなることが往々にしてある。

自分自身を振り返って見ても、そのことにより、人間関係がうまくいかなかった経験から、「じれっさに耐える」、「恩着せがましくしない」という2点が教師として特に重要な視点であると感じている。

3 自己効力感を高めるための授業の工夫、改善

自己効力感とは、アルバート・バンジューラ（1977）によって提唱され、「課題や乗り越えなくてはならないハードルを前にして、自分がそれを達成「できる」という認識」と定義されている。

主体的に学生が授業に参加できるように授業を工夫改善することによって、「自分ならできる」「きっとうまくいく」という気持ちが高まり、それにもなると、向上心やチャレンジ精神が高まり、失敗から学んだりするようになっていくと考えられる。

自己効力感と似たような概念に、自尊心、自己肯定感がある。自己肯定感とは、自分自身が思う自分の価値がどうであるかという感覚のことであり、自分自身が自分についてどう考えているか、どう感じているかによって、変わってくる感覚である。

つまり、できると信じて、積極的に取り組むことで自己効力感が高まっていくものであり、そのために必要とされるものが、自尊心であり、自己肯定感であるととらえることができる。

本学の学生には、日頃から「小さなできる」「小さな成功体験」を積み重ね、やればできるといふ自信を持って、学生生活を過ごして欲しいと願っている。

自己効力感を高めるひとつの方法として、バラス・フレデリック・スキナー（1968）は、学習

内容を小さな単位に分割し、優しい内容から出発して、少しずつ小刻みにしていく考え方である
スモールステップの考え方を提唱した。

大リーグで活躍したイチローは 2004 年のメジャーリーグ年間安打記録を破った際の記者会見
で、「小さなことを積み重ねることが、とんでもないところへ行くただ一つの道」と語っていた。
まさに、スモールステップによる成功体験の一例である。

そこで、今年度の「教育原理」「保育原理」の授業を通して、学生の自己効力感を高める授業の
工夫改善に取り組むこととした。

授業の中では、特にインプット（知識を覚える）とアウトプット（覚えたことを外に出す）の
バランスを考え、「自分の考えを書いてまとめる」「討論の時間をつくる」「自分の考えを発表する」
というアウトプットの場面を多くすることとした。いわゆるアクティブラーニング的な手法を取
り入れた授業の工夫改善である。

15 回目の「教育原理」の授業のまとめから、学生の変化を読み取ることができる。

表 3 「振り返りシート」（15 回の授業を通して学んだこと）のまとめ（一部抜粋）

- ・印象に残っていることは、隣同士や近くの席の友人と意見交換をし合うことが多かったこと
です。授業をただ聞いて無理やり新しいことをインプットするのではなくて、考えを共有
することで、更なる気づきや発見を得ることができ、自分自身で深く考えながら頭に情報
を入れることができたと思います。
- ・子どもたちの前に立って役に立つと思ったことは、毎時間、感想を書くことによって、頭
の中で文を考えることが前よりできるようになり、言葉に詰まることが少なくなってきたこ
とです。人前に立って発表することによって、やればできるという自信ができました。
- ・授業では、毎時間、自分の考えをまとめる時間や発表する機会が多くあり、他にも周りの
友達と意見交換したり問題解決したりする時間が多くあり考える力がついてきました。
- ・実際に自分だったらどうするかなど具体的な質問が多くあった所です。自分の言葉で考え
ることにより興味をもって詳しく考えることができたので理解しやすかったです。
- ・授業で分かったことや感想を書く時間が毎回あり、授業の振り返りができたので、何を授
業で学んだのか思い出すことができました。私は、自分の考えを発表することや、文章を書
くことが苦手なので、この授業を通してとても自分に自信ができました。
- ・この授業で勉強になったことは発表する機会が多いことです。マイクを利用して話すこと
は、今まで結構経験があるのですが、この授業を通して確実に慣れて自信をもって発表でき
るようになりました。授業では、聞いている相手はみんな大人なので、2 年後保育者になっ
た時の練習となっていました。
- ・子どもたちの前に立った時に役立つと思ったことは、皆の前で発表することです。なぜか
という私は人前に出ることに全然慣れていません。ですが、この授業を受けてよい練習、
訓練になったと思います。
- ・皆の前に立ち、自分の意見を言ったことで最近では緊張をしなくなってきました。子どもた
ちの前では堂々としていないといけないので良い練習になり、自信になっていると思いま
す。

学生の感想からもわかるように、討論、発表というインプットしたことをアウトプットする機会を授業の中に意図的につくることにより、主体的に授業に参加する意識が高まり、「振り返りシート（表3）の学生の感想に示されるように」自己効力感が高まってきたのではないかと考えられる。

4 考察

4-1 「性善説」に立った教育観、人間観

アブラハム・ハロルド・マズロー、カール・ロジャーズは、人間は自分自身で成長する力を持っている存在であるという、「性善説」に立った人間観で、自分の主義主張を展開した。

保育者養成の大学の教員の一人として、「性善説」に立った、教育観、人間観を持つことの重要性を改めて認識することができた。

どの学生も大きく伸びる可能性を秘めた存在であり、それを伸ばしていくことが教員の役割であり、使命でもある。

4-2 アクティブラーニング的な手法を用いた授業の工夫改善

能動的に授業を受ける学生から主体的に学ぶ学生に育てていくことが、大きな課題の一つである。そのためには、教員側の日々の授業の工夫改善が必要である。

特に、インプットとアウトプットのバランスのとれた授業が必要である。インプットとは、「覚える」こと、アウトプットは、「学んだことを外に出す」ことである。

今回、「自分の考えを書いてまとめる」「討論の時間をつくる」「自分の考えを発表する」というアウトプットの場면을意図的に多くすることによって、自分の力で考え、考えたことを発表することが習慣（当たり前）になっていったと考えられる。

そのことを繰り返すことによって、自分自身に対する自信が付き、自分ならできる、きっとうまくいくという自己効力感が高まってきたのではないかと推測される。

また、能動的に授業を受ける学生から主体的に学習に取り組む学生に変化させることにつながったのではないかと考えられる。

こうした積み重ねが、2年間という短い学生生活の中で、実習等、自分の力で乗り越えなくてはならない大きな壁を乗り越える自信につながっていくのではないかと推測される。

4-3 保育者の資質としてのカウンセリング能力の向上

保育者には人前で話すことと同時に人の話をしっかりと聴く能力が求められている。

今回、「準拠枠」という専門用語を用いて授業を行ったが、授業後の「振り返りシート」には、「人の話を聞くとときには自分勝手に聞かない」「自分の枠組みでは聞かない」「繰り返し、繰り返し丁寧に聞く」等カウンセリングの本質に迫る感想が多く書かれていた。

限られた時間の中でカウンセリングだけを取り上げることには限界があることから、日々の授業の中で、友達同士の討論の時間を有効に活用することが学生のカウンセリング能力を

向上させる上で有効な方法であると考察した。

5 おわりに

コロナ禍において本学をはじめ多くの大学で教育活動に影響が出ていることは否定できないことである。こうした中で今後、体調不良、学力不振、学習意欲の低下、家庭内の問題等により学生生活を継続できない学生が増えてくることが懸念される場所である。

今回、保育者養成の大学の教員として、自分自身の教育観・人間観について、改めて、カウンセリングの視点から考察することができた。

2年間という短期大学の学生の大学生生活は短い。この間に、能動的な学びから、自分の力で考え、考えたことをまとめ、発表するなどの主体的な学びへと転換していかなければならない。

また、社会の急激な変化に対応できる資質や能力を身につけさせて卒業させることも大学に課せられた大きな使命の一つであると改めて認識することができた。

著者の利益相反：開示すべき利益相反はない。

謝辞

本研究を行うにあたり、本学1年生の学生の振り返りシート等の活用に協力いただいたことに感謝申し上げます。

参考文献

- Bandura, A. (1977) Social Learning Theory. 原野広太郎 (監訳) (1979). 社会的学習理論の新展開-人間理解と教育の基礎-. 金子書房
- Fromm, E. (1956). The Art of Loving : an Enquiry into the Nature of Love 鈴木晶 (訳) (2020). 愛するということ. 紀伊国屋出版.
- Maslow, A. H. (1954). Motivation and Personality., Harper & Brothers Publishers, Inc. 小口忠彦監訳(1971)、人間性の心理学. 産業能率大学出版部.
- Rogers, Carl, and Carmichael, Leonard (1939). The Clinical Treatment of the Problem Child. Boston; New York: Houghton Mifflin Company. 堀淑昭編、小野修訳(1967). 問題児の治療. 岩崎学術出版社.
- 平木典子(1989). カウンセリングの話. 朝日新聞社, 41-43.
- 吉本伊信(1993). 内観への招待. 朱鷺書房.
- 真仁田昭(1988). 生きる意欲を支える先生. 日本図書文化社朝日新聞社, 14-32.
- Skinner, B.F. (1968). The Technology of Teaching. Meredith Corporation. 村井実・沼野一 (訳) (1969). 教授工学. 東洋館出版社.