

岸見一郎著 「アドラー心理学入門」を読んで

1. はじめに

放課後児童支援員としてこどものお世話をするには、適切なこどもへの対応のあり方を知る必要があります。そこで今回は、岸見一郎先生の著書「アドラー心理学入門」を読んで私が学んだことを述べます。

2. 私が学んだ内容

アドラー心理学ははっきりとした目標を掲げ、絶えずその目標を達成する方向で子どもを援助します。まず育児の行動面の目標は①自立する、②社会と調和して暮らせる、ことです。そしてこれを支える心理面の目標は、①私は能力がある、②人々は私の仲間である、という目標を提示します。「私は能力がある」というのは、自分の人生の問題を自分で解決することができるという意味です。

子どもたちの不適切な行動に対して、親や教師は叱ったり罰したりして止めさせようとします。ところが多くの場合、子どもたちは一時的にそのような行動を止めることがあっても、またすぐに同じことを繰り返します。このように行動を止めないのは、子どもが親や教師から注目を引き出そうとしているからです。注目を引くことがその行動の「目的」という見方を「目的論」といいます。例えば「つかっとなって子どもを叩いてしまった」といいますが、実は「怒りを使うと相手がいうことを聞くだろうと考えて、怒りをその目的のために作り出しているのです」。また悲しみという感情は相手からの同情を引くために作りだしています。すなわち、感情はこのように私たちの心の中にあるのではなく、私たちと相手との間にあるのです。

問題行動を起こした子どもの親に、幼いころに愛情を十分受けていなかったからであるとか、育児の仕方が間違っていたというようなことを指摘しても、たとえその通りであってもタイムマシンがあるわけではないので過去に戻ることはできません。目的は過去にではなく未来にあるからです。過去は変えることができませんが、未来なら変えることができます。

アドラーはまず罰したり叱ったりすることを否定します。罰すること、説教することには何も得ることはできないのです。よく罰することで子どもたちを奮起させることができる人がありますが、それは子どもの勇気をくじくだけである、とアドラーはしています。また罰の効果は一時的であり、罰する人がいなければ不適切な行動を繰り返します。罰せられると自分には能力がない、と思うようになり、子どもが学校や家庭に居場所がないという気持ちを強くすることから、ひいてはこの世界には自分の居場所がない、と感じるようになり、人々は私の仲間ではない、自分の敵である、と感じるようになっていきます。自分の居場所があると感じられることは、他の何をさしおいても人が基本的に求めることです。

「ほめる」ということについて考えます。「ほめる」とうのは、能力のある人が能力のない人に、「あなたはよい」と上から下へと相手を判断し評価する言葉ですので、下におかれ

た人は愉快ではありません。ですから、罰したり叱ったりすることと同じように、ほめることも、自分には能力がない、人々は私の仲間ではないという信念を形成することになり望ましくありません。人生の困難は克服できない障害ではなく、それに立ち向かい征服する課題です。そのため、自分には課題を解決する能力があるという自信を持つように援助することができれば「勇気づけ」ができたということです。すなわち、評価するのではなく喜びを共有することが大切であり、当たり前だと思って見逃しがちな行為に対して「ありがとう」「うれしい」「助かった」と言うことです。

子どもたちは「テレビゲームをしているので勉強できない」というようなことをいいます。これは「人生の課題を回避するための口実」を持ち出しているのです。持ち出される口実は、まわりの者が思わず「しかたがない」「そういう理由があるのなら」と思うようなものであることが多いのです。そういう時は他の人のみならず、自分も欺いているのであり、アドラーはこのような口実を「人生の嘘」と呼んでいます。「できない原因」はいくらでも出してくることができます。勉強しないことは本人だけが困ることであり、他の人に実質的な迷惑を及ぼしているわけではありません。勉強をしないことは不適切な行動ではありませんが、適切な行動であるともいえません。このような行動を「中性の行動」といいます。このような中性の行動に、親や教師は「問題行動」というレッテルを張ってしまいます。不適切な行動に対してはこれを問題にし、改善を要求する権利はありますが、中性の行動に対しては本人の意思を尊重し、頼まれもしないのに介入していく権利はありません。何が正しいか、あるいは、正しくないかは相対的です。他の人の行動、あるいは生き方が自分の気に沿わないとしても、相手の課題ですから共同の課題にするための手続きを踏むことなく介入することはできません。対人関係のトラブルは、相手の課題に許可なく踏み込むことから起こります。

KM テクノソリューションズ代表 南側晃一