

心をつなごう

川 上 公 範

1 はじめに

21世紀を生きていく子ども達が直面する、人間に関する課題をちょっと考えてみただけでも、臓器移植の問題を始め、尊厳死の問題、遺伝子組み替え（クローン人間）の問題、難病エイズ、……など、たくさんある。そのなかで、本校の総合的な学習の人間領域が限られた時間数（全60時間中15時間）の中で、取り挙げ内容としているのは、「人との関わり」を築く力の育成である。それは、本校の児童の一人ひとは、すばらしい力を持っているが、人間関係を築く力が未熟なため、力が発揮できなかったり、友達関係において淋しい思いをする子がいるという実態から生まれたことによっている。

2 「人との関わり」を作るために

本校で取り組んでいる研究テーマ「自立に向かう子どもたち」で求めているのは、主体的に自分らしさを追求していく子どもでもあるが、今、日本の教育全体で求めているこうとしているのも、まさしく『個性の尊重』である。当然のことながら、他との関わりのない個性などは生まれようがなく、育ちようもない。個性とは、他との関わりのなかでのみ育まれるものである。個性の尊重と全体意識とは、子どもが成長していく上での両輪であると考ええる。

それでは、どのようにして全体意識を作っていくのか。これまで主に役割を担ってきているのが、特別活動である。「望ましい集団活動を通して」集団の一員としての資質や能力を育て、個性を伸長していくことが図られている。

この度、このような集団活動を通してではなく、日ごろ何気なく行っている行為やゲームの過程で無意識に働いている身体の動きや感情を意識化することによって、人間関係を結ぶという方法を試みた。このような無意識なレベルでの全体への意識づくりの理論的な背景としては、トランスパーソナル心理学や仏教の教えなど古来からの伝統的な日本人の思想の中に見出せる。

それらの理論が示す、「個性」と「全体」との関わりの姿は次のようなものである。本人（一人ひとりの子ども）は、自分の個性伸長のため（意識するかしないかは別として）何物にも束縛されず自分の興味・関心のあることに夢中になって行動していると思っているが、全体的な視野に立ってみると、その行動は集団全体（大きくは人類の意志）に沿ったものになっている状態である。ここでは人間も大自然の一員として存在している。

個性の尊重が大きく取り挙げられようとしているこれからは、意識的なレベルでの集団づくりももちろん必要であるが、今回取り挙げた、無意識なレベルでの意識づくりも大切になってくると思われる。

3 実践について

(1) 年間計画

無意識のレベルでの全体意識を育てる方法として、今回行ったのは、「トラスト・フォール」という活動である。ねらいは、その活動そのものにあるのではなく、活動の過程で無意識に働いている身体の動きや感情を意識化することや相手を信じ切る体験をすることである。このような活動は、

一度すれば効果が見られるというものではなく、計画的に継続して取り組んでいく必要がある。時間については、常に1単位時間を使うのではなく、朝の会やちょっとした空き時間を利用して行うこともできる。

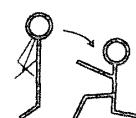
月	活動内容	活動の概要
4～5	目かくし歩き	2人1組で、一方目かくし、他方は誘導。信頼関係を育てるための活動。
6～7	三人四脚	活動中の気持ちや言動を振り返り、日常生活の人間関係のあり方を振り返るための活動。
9～10	スタンド・アップ	腕をつないだり、組んだりして立ち上がる。活動中の気持ちや言動を振り返る。
11～12	トラスト・フォール	一方目をつむり相手に向かって倒れる。他方それを支える。信頼関係を育てるための活動。
1～2～3	サークリング	1人目をつむり、倒れる。円を作っている多数の者、支え次々に送る。信頼関係を育てる活動

(2) トラスト・フォールのやり方

- ・2組になる。最初に、やる人と支える人を決める。
- ・やる人はまっすぐ立って手を組む。両足は少し開く。
目をつむる。支える人は後ろで足を前後に広めに開く（図1）
- ・合い言葉を交わし行う（図2）。

図1

図2



(3) 活動の展開

学習活動	この活動に期待すること	指導者の働きかけ
1 “友達になるために”の歌を歌う。	心の解放	・和やかな表情で児童とともに歌う
2 本時の活動内容を知る	活動への期待感 不安感	・日常とはレベルの違う信頼関係を作っていこうと言葉掛けをする。ふざけて事故になった場合は、真反対の結果になることに気がつくように、予想されるけがについて話をする。
3 活動する。	活動への没頭	・やる人…手、足、目 ・受ける人…足、ひざ、ひじ ・合い言葉 ・無理をさせず、10cm、20cm、……と手を徐々に離していったよいことを告げる。
4 心をふり返る。	自分・相手の心の様子 態度へのふり返り	・やる人の姿勢や足の状態から心の状態をつかむ。 ・BGMを流す
5 活動する。	満足感	・やる人 ; やるときに気持ち・体の状態 相手への願い ・受ける人; 相手の願い 自分の考え、態度
6 ふり返りをする。	活動意欲	・相手の思いや動作を感じ取りながらするように告げる。 ・深い信頼がおける友達がたくさんいることを喜ぼうと言葉掛けをする。

(4) 考察（子どもの変化）

ここに取り挙げて考察するのは、ゲームの説明を聞き、最初に活動したときのふり返りとの自分の感じや相手に対する思いを意識化した後で活動したときのふり返りとの子ども達の比較である。

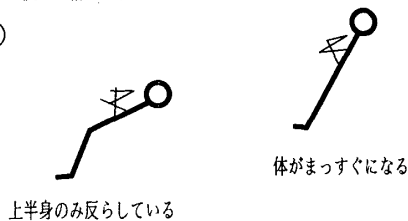
	最初活動したとき		再度活動したとき
やる人	（相手への思い） ・〇〇さん大丈夫かな ・うまく支えてほしい （活動中の感じ） ・谷に「すうっ」と落ちていく感じ ・「バン」と壁に当たった感じ	⇒	（相手への思い） ・安心してできた （活動中の感じ） ・ファッとやさしい感じ
	（相手への思い） ・支えられるか不安 ・自分もつぶれるかもしれない （活動中の感じ） ・重く感じた		（相手への思い） ・やさしく支えようと思った ・痛くないようにしようと思った ・安心できるようにしようと思った （活動中の感じ） ・軽く感じられた

やる人が再度行ったとき、ファッとやさしく支えられたと感じたのは、支える人が自分は、相手を支えられるということがわかったということも当然あるが、支える人が相手の不安な気持ちを知り、やさしく支えようという気持ちから無意識の内に手や足のバネが働いたからだと思われる。また、支える人が、最初行ったときよりも、再度行った方が軽く感じられたのは、やる人が相手を信じ切って倒れていったため、体の力が抜けたものと考えられる。その気持ちの違いは、子ども達も気づいていたが、やる人の体に現れていた。

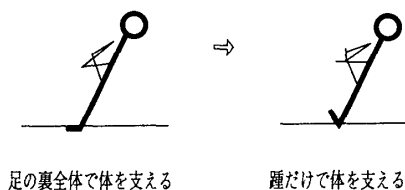
①



②



③



4 おわりに

お互いの思いを知る（意識する）ことや相手を信頼し切るにより、相手の重さが変わってくることや受け止め方がやさしくなることが実感できていた。

子ども達にこの活動のねらいを事前に告げ構えを作って行うのではなく、ゲーム感覚で行おうとしたが、一部の子どもに、勉強には関係ないという思いからか真剣に行えない様子が見られたのは残念であった。継続して行いその度に心に実感することに目を向けさせていかなければならないと思った。