

健康教育[®]

— 健康なくして教育はありえない —

◎ 一人でも多くの子どもたちが …… 藤代 圭一
その子らしく輝く

◎ 演劇教育と未来を生きる …………… 中村 達哉
こどもたちへの願い



「健康教育」[®]

——健康なくして教育はありえない——

1911年、河合グループ創業者である薬学博士・河合亀太郎がかかげた企業理念です。



薬学博士・河合亀太郎

こどもたちのすこやかな成長を願い、より一層お役に立てる情報のご提供・ご提案を目指し、発刊致しております。これからも、創業者・河合亀太郎の理念「健康教育」を大切に伝え続けてまいります。今後ともご愛読のほどよろしくお願い致します。

目 次

3	一人でも多くの子どもたちがその子らしく輝く
11	演劇教育と未来を生きるこどもたちへの願い
15	あらまし

一人でも多くの子どもたちが その子らしく輝く

一般社団法人スポーツリレーションシップ
協会代表理事

藤代 圭一



プロローグ

「どうしたらやる気を出してくれるんだろう？」

これは、数年前の僕自身の悩みでした。

「子どもたちにサッカーの指導をしているけれど、なかなか効果が現れない」

「息子がサッカーをはじめたいと言うからチームに入れたのに、いまいちやる気が見られない」

「自ら考えて行動しようとしてない」



そうした課題を解決すべく、日々、子どもたちと向き合うも思い通りには行きません。

けれど、壁にぶつかりながらも毎回ちょっとした工夫をしていました。

そこで発見したことがあるのです。

それは、「教えることをやめる」ということです。

コーチとして、教えよう。教えようとしていたのですが、それをやめました。

それからは、子どもたちが自分で考え、行動するように変化しはじめたのです。

子どものセンスを磨くには

「教えることをやめるってどういうこと？」という疑問にお応えする前に、いくつかの話にお付き合いください。スポーツでは「センス」という言葉が使われることがあります。文脈としては「あの子はセンスがある」「あの子はセンスがない」というような使い方です。この「センス問題」に僕はずっと違和感を抱いてきました。

ある指導者の方々の会話に耳を澄ませると「あの子はセンスがないからダメだ」という言葉が聞こえてきたのです。確かに、選抜試験などであれば、試験を受けるタイミングにおい

て、センスのあるなしは重要な基準でしょう。

けれど、これは地元の少年団、ましてや小学校低学年の子どもたちの話です。また、生まれ持った才能も確かにあると思います。海外ではこれらをタレントと呼び、後天的に身につけることができないものという考え方をするそうです。

けれど、タレントとは違いセンスは「磨くもの」です。そのセンスを磨くために僕たち大人や指導者がいるとも言えるかもしれません。

では、どのようにセンスを磨いていくのか。そのきっかけは、日常生活にたくさん転がっています。数年前、夏の合宿が終わりを迎える頃、指導を共にしたコーチに「今日は夕日が綺麗ですね」と特別な意図もなく伝えました。

けれど、そこで返ってきた言葉は「え?はじめてそんなことを思いました」というものだったのです。これは「夕日が綺麗だ」と感じられることが良い、悪いという話ではありません。夕日を綺麗だと感じるができるセンスがあるかどうか、という話です。

僕は幼い頃を愛知県の名古屋市で過ごしました。東京ほどの都会ではありませんが、名古屋もまわりを見渡せばビルが多く立ち並び、道路は五車線、みんな忙しそうです。そんな中、隣県である岐阜にある祖父の家に遊びに行く



ことを僕はいつも心待ちにしていました。祖父の家は田園地帯にあり、隣のお家までは200m以上離れています。また、1分も歩けば伊勢湾につながる長良川が流れており、土手からは見渡しがよい眺めが広がっていて、そこから望む夕日がたまたま美しくのです。祖父の家で迎える夕日が本当に気持ちよく、心も身体も暖かい気持ちになったことをいまでも覚えています。その機会が「夕日が綺麗だ」と感じるセンスを磨いてくれたのだと思うのです。

スタジオジブリ作品への楽曲提供でも有名な久石譲さんは、著書の中で「最近いろんな人と話していて思うのは、結局いかに多くのものを観て、聴いて、読んでいるかが大切だということだ。創造力の源である感性、その土台になっているのは自分の中の知識や経験の蓄積だ」と綴っています。

感性=センスとするならば、センスを磨くためにはいかに「多くのものを観て、聴いて、読んでいるか」ということになります。とすると、少し未来が明るくなってきませんか?「センスがないからダメだ」「うちの子、センスがなくて」と嘆いていたお父さんもお母さんも、子どもたちにより多くの「観る、聴く、読む」体験を増やすことでセンスを磨けるということです。冷静に考えてみれば、納得できることが身の回りにもたくさんあります。

ファッションセンスが高い友人は洋服のことが大好きで、小さい頃からたくさんの雑誌を読み、一人でファッションショーを楽しんでいました。音楽センスが高い友人は、クラシックからパンクまでありとあらゆるジャンルの音楽に触れていました。

そして、これを読んで下さっているみなさんは一般の方と比べて「教育センス」が高いはず。それは、子どもたちと接することが大好きで、できないことができるようになり、成長を共にできる楽しさを知り、たくさんの情報に触れ、実際に身体で感じているからですね。

「小さな体験の積み重ねが僕たちをつくって

いる]「センスは磨けるのだ」という発見をしてから、僕の中で子どもたちとの接し方に大きな変化がありました。

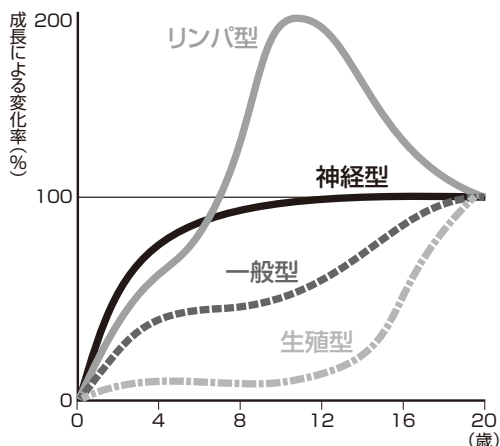
僕はスポーツメンタルコーチです。けれど、美術館で一流の絵画に触れる。普段、読まない本をみんなで読んでみる。冬の海で風を感じてみる。食卓にお花を飾る。山頂から日の出をのぞむ。満天の星空の下で寝っ転がる。世界一のジェットコースターに乗る。自分だけのお茶碗を作ってみる。泥まみれになって遊んでみる。水たまりの上で飛び跳ねてみる。

子どもたちに眠る「センスを磨く」ことに対して必要のないことなど何もないと気づいたのです。

「～しなくちゃ」ではなく 「～したい」

また、ご存じの通り4歳～8歳までは神経回路が80%まで形成され、急激な成長を迎える時期と言われています(スキャモンの発育曲線)。この年代は「プレ・ゴールデンエイジ」と呼ばれ、運動能力の基礎が形成されますので、特定のスポーツではなく、遊びを通じて様々な身体の使い方をすることが、子どもたちの発育に大きな影響を与えてくれます。

＜スキャモンの発育曲線＞



けれど、僕たちが暮らす日本には「1つのことを長く続けることが美しい」という考え方があります。ですので、小さい頃から単一のスポーツに長く取り組ませようとしします。一方、海外では多くのスポーツに触れることが一般的ですし、子どもの発育面から見ても理にかなっているともいえます。

もちろん子どもが「野球が好き!」といているのに無理矢理に野球から距離をとる必要はありません。時間を見つけて、山道を歩いたり、川でカヌーに挑戦してみたりとちょっとした工夫をすることで身体のあちこちを動かすきっかけはいくらでもあります。

また、子どもたちは様々なことに好奇心を示します。まずはそれを尊重すること。サッカーをしていたとしても、ボールを投げることに興味を示したら、その時間を大切にする。

僕たち大人が「何かを教え込もう」「技術を獲得させよう」とするのではなく、子どもたちが好奇心や興味を示したことに對し、とことん夢中になれる環境づくりを心がけています。

「努力は夢中に勝てない」という言葉をご存じでしょうか?ハードルでオリンピックに出場した為末大選手が書籍やSNSなどでこの言葉を発信しています。「努力」には「～しなければいけない」という理由や「勝つために努力する」などの意義を必要とします。けれど、夢中には「楽しい」「好きだから」「もっと成長したい」という「～したい」というシンプルな理由のみ。前者はいつか継続するエネルギーが底をついてしまうのに対し、後者はそのエネルギーが絶えることはありません。

では、どのようにすれば夢中になれるのでしょうか。まずは「子どもたちがどんなときに夢中になっているのか?」この問いの答えにヒントがありそうです。そこで僕たちが大切にしていることは「観察をすること」です。子どもたちを観察し、どんなときに夢中になっていて、どんなときにやる気や学ぶ意欲をなくしてしまっているのかを知ることができれば、夢中になれる

環境をつくるアプローチを考えることができます。

僕はこの「観察」の大切さをニュージーランド教育のラーニング・ストーリーとスペイン人指導者から教えてもらいました。

これまでの一般的な子どもの理解方法は、年齢に対応した標準的な発達段階に沿い、特定の技術が「できる」「できない」という点に着目したり、目標を設定し、それを達成することを目指してきました。

これに対してラーニング・ストーリーは、子ども自身が持つ「学ぶ力」や「可能性への信頼」をベースとしています。ラーニング・ストーリーは、子どもに「できる」「できない」や「はい」「おそい」などの○×方式の判断やチェックリストによる評価を行いません。

子どもの「できないこと」や「マイナス面」をジャッジするのではなく「興味を持っていること」「夢中になっていること」「チャレンジしていること」「気持ちを表現していること」などに目を向けて、子どもの「～したい」という思いを見出し、その可能性を伸ばしていこうとする観察と記録の方法です。



また、スペイン・カタルーニャ州の著名なコーチたちが日本で開催した講習会に参加したときのことで。あるプレーで、一人のコーチが練習を止めました。「どんなことを伝えるんだろう？」スペインの指導を勉強したいと思っていた僕は、そのコーチの表情や言葉を待ちました。「Muy bien! ムイビエン(素晴らしい)」コーチの第一声は、鋭い指摘や改善方法を教えてもらえると思っていた僕にしてみればものすごく意外な言葉でした。サッカー大国として知られるスペインからやってきたコーチが、わざわざ練習を止めて子どもたちを褒めているのです。それからコーチたちは良いプレーが出る度に練習を止めて、「いまの君のプレーすごくよかった!」「どうして、いまのプレーをしようと思ったの?すばらしい!」と笑顔で声をかけ続けていました。

もちろんただ褒めるだけではありません。ミーティングでは、子どもたちが今日できたこと、良かったことを伝えた上で、「チームが理想としているプレーがどんなものか?」「どうしたらもっと良いプレーができるか」について子どもたちと一緒に考え、伝え合っていました。

練習が進むにつれて、子どもたちの目の輝きがどんどん変わっていくのを感じました。コーチの言葉ひとつで、褒められた子ども、その様子を見ていた他の子どものプレーが一瞬で変わるんです。

僕らはつつい欠けているところに焦点があたる生き物です。けれど、このモノの見方が習慣化されてしまうと、うまくいっていることを見つけることができなくなってしまいます。子どもたちを観察し「どんなことに夢中になっているか」を知ることで、僕たちのアプローチを変えることもできますし、うまくいっていることを探すことで子どもたちの成長に目を向けることが自然とできるようになったのです。

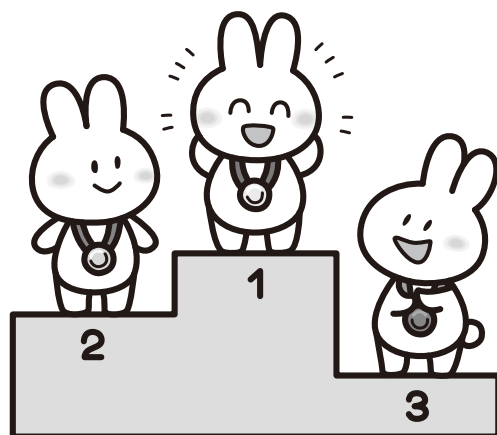
スポーツの語源

スポーツは対戦相手がいる「勝った」「負けた」という結果が出るという特徴をもちます。けれど、そのわかりやすさ故、僕たちはつい子どもたちに「勝った?」「負けた?」と聞いてしまうのです。もちろん、このコミュニケーションに悪気があるわけではないのですが、いつも勝敗について聞かれれば、子どもたちは無意識に「勝つことが大切なんだ」「勝敗が大事なんだ」というものさしを持つようになります。

けれど、「勝敗」だけを評価の基準にしてしまえば、スポーツそのものを楽しめなくなってしまうのです。

今年の冬に開催された平昌五輪でフィギュアスケート金メダルをとった羽生選手がいる一方で銅メダルとなったハビエル・フェルナンデス選手がおり、スノーボードハーフパイプで銀メダルとなった平野歩夢選手がいる一方で金メダルを獲得したショーン・ホワイト選手がいます。

ここで「勝敗のものさし」だけで計れば「金メダル=良い」「銀メダル=悪い」となってしまいます。また、上位に入れなかった選手やオリンピックに出場をすることができない選手には価値がないのでしょうか?もちろんそんなことはありません。オリンピックに出場する選手もそ



うでない選手も「スポーツを楽しんでいる」のですから、スポーツをすることそのものに価値があります。

けれど、お父さんやお母さんの中には「うちの子は下手だからやめさせたいと思うんです」「いつもベンチなので、他の競技をやらせようと思っています」という言葉が聞こえてきます。もちろん、その選択肢を否定することはできません。けれど、僕がお父さんお母さんに「お子さんは何とっていますか?」とお聞きすると「子どもはいまのスポーツが好きだと言っています」とお答えになるのです。

スポーツという言葉の語源をご存じですか?語源はラテン語の「deportare(デポルターレ)」にさかのぼるとされ「(仕事や義務でない)気晴らしをする、楽しむ」となり、英語の「sport」になったと考えられています。

スポーツは「気晴らし」「楽しみ」「遊び」なのです。「勝敗」はスポーツがもつ1つの特徴であり「気晴らし」「楽しみ」「遊び」が抜けてしまえば「スポーツ」ではなくなってしまいます。そのため、僕は幼児期や少年期はよりスポーツを楽しめる環境をつくりたいと考えています。

“尋問”ではなく “しつもん”をしよう!

では、具体的にどのような声をかけて接していけばいいのでしょうか。まず、成長するためには失敗が大前提であることを付け加えなくてはなりません。僕たち大人も失敗せずして成功した経験はほとんどないはずですが、子どもたちにはそれを求めてしまうことがよくあります。

話を声かけに戻しましょう。例えば、スポーツを終えた後に「反省会」をする時間があります。この反省会を通じて「経験を活かし、次への行動とやる気を引き出す」こともできれば「やる気や行動を奪ってしまう」こともあります。

その違いは「どんな質問(しつもん)をするか」にあります。僕たちコーチの声かけ次第で

子どもたちの反応がさまざまと言うことはご経験されているかと思います。そして、僕たちが実践している「質問」は一步間違えると効果がないどころか、かえって悪い結果を生む、良くない聞き方である「尋問」もあるのです。

みなさんは、「尋問」と聞いてどんなことを思い浮かべるでしょう？

厳しく尋問した後にカツ丼で落とす刑事の取り調べ？法廷でのやりとり？いずれにしても、尋問ってなんだか厳しく強い口調で問い詰められるイメージがありますよね。法律学でも、質問は答える義務がないもの、尋問は供述する義務が発生するものとして区別されているそうです。身近な例を挙げて、尋問の悪影響を見て行きましょう。これからお伝えする場面をイメージしてみてください。

仲の良い友達3人で人気歌手のライブに行くことになりました。入手困難なチケットは、運良くとれたプラチナチケット。3人とも何ヵ月前前から楽しみにしていて、待ち合わせ時間も開演の10時にかなり余裕を持った8時30分に決め、1ヵ月前から話題に上ることに「楽しみだね。遅れないようにしようね」と伝え合ってきました。もちろんメールやLINEでも時間と場所を共有していました。にもかかわらず……。ライブ当日、Bさんは、待ち合わせ時間に現れないどころか開演時間の10時になっても何の

連絡もなかったのです。Aさん、CさんはBさんに「なんで、遅れたの？」と聞きます。あなたはBさんの立場になってその答えを考えてみてください。

言い訳を引っ張り出すWhy? 自分で考える力が身につくHow?

どんな答えが出てきたでしょう？「電車が遅れた」「寝過ごした」「時計が止まっていた」など、遅れてしまった理由がいくつか出てきましたよね。これらを何というかという「言い訳」です。もちろん遅れたBさんも悪いのですが「なんで遅れたの？」と問われた人は言い訳しか出てきません。

つまり「なんで遅れたの？」というWhy?の問いかけが、あらかじめ想定した答えに追い込む尋問であることを表しています。

子どもたちのサッカーに置き換えても「なんでシュート外したんだ？」と問いかけても出てくる答えは「ゴール前に水たまりがあったから」「ボールに空気が入っていなかったから」「キーパーがうまかったから」と言い訳のオンパレード。こうした問いかけにはほとんど意味がありません。

「なんでできない?」「なんでシュートを打たなかった?」ジュニアサッカーの現場ではいま



だに「なんで?」「なんで?」「なんで?」の大洪水です。プレー中に自分で考えながらプレーを求めるサッカーでは「なぜ?」を突き詰めることが重要なのですが、コーチや保護者の声かけが「なんで?」になることには弊害もあるのです。起きてしまったことにWhy?形式の尋問をぶつけても、子どもたちの中にある言い訳を引っ張り出してしまうだけです。子どもの言い訳に悩んでいる方も多いと思いますが、ほとんどの場合、悪いのは子どもではなく、僕たち大人の質問の仕方、尋問をしているからだと認識しましょう。

Why?形式の尋問で言い訳をするように追い込んでおいて、聞いた大人の方が「言い訳するんじゃない!」と言ってしまふなんて、まさに負のスパイラルだと思いませんか?

では、どうすれば良いのでしょうか。ここで「しつもん」の出番です。尋問ではなくしつもんに変えるためには「なんで?どうして?」と追究するWhy?形式をやめて、How?「どのようにすれば?」という形を変換することです。

聡明な子どもたちは「なんで?」と問われると言い訳だけでなく、とすれば相手に合わせた答え、相手の気に入る答えを用意してしまいます。けれど、「どのようにすれば?」と問いかげられると、問われた方は自分なりの改善策、方法を探すことになります。

「なんでシュートを外したんだ?」という尋問を「どうすればシュートを決められたと思う?」というしつもんに変換してあげるだけで、子どもたちの答えとその後の行動はまったく違うものになります。

「外したときは焦っていたから落ち着いてシュートをする」「パスを受けるところまではうまくいったから、次はシュートしやすい位置にコントロールしてみる」How?形式のしつもんは、こちらが余計なことを付け足さなくても、相手の中にあるアイデアや改善策、反省点までもが自然と湧き出てくるのです。

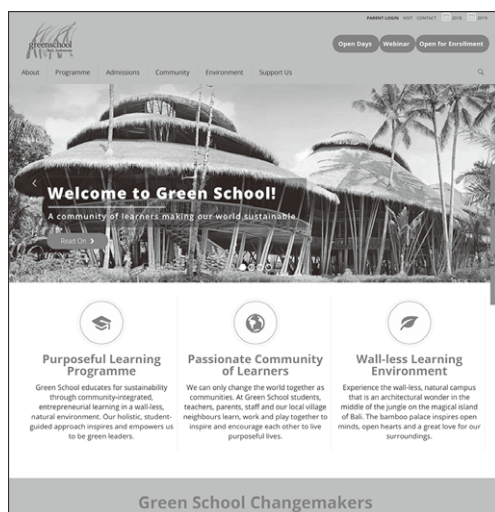
こういうしつもんを繰り返していれば、子ど

もたちは必ず成長するでしょう。Why?形式の尋問は理由を求める問いなので、物事を前向きにとらえたり前進するための力を奪ってしまいます。一方、「どのようにしたら?」と相手に答えを委ねるHow?形式のしつもんは、こちらが想定していなかったような豊かな発想や子どもたち自身から生まれる自発的な意見を引き出す効果があります。

自分を満たし、 エネルギーを循環する

バリ島にある「グリーンスクール」をご存じですか? 「不都合な真実」に影響を受け、自然環境やサステナビリティをより豊かにするリーダーを育てる学校として世界中から注目を集めています。

昨年、現地を訪れた際に「あなたが子どもたちと接するうえで大切にしていることは何ですか?」と先生に訪ねました。すると彼は「自分と自分の近くにいる人が幸せであることだよ」と答えてくれました。「心の余裕」とよく言いますが、僕たちの心の状態が、子どもたちにもっとも大きな影響を与えています。これはとても不思議なことなのですが、どうやら僕たちの心には目に見えないグラスがあり(心自体も目に見



グリーンスクールホームページ

えませんが、そのような臓器はありませんが)、自分の心理状態が不安定だったり、何かに気をとられていたりイライラしていると、その気持ちが反映されたような答えや行動が返ってきてしまうのです。反対に、何か幸せを感じる事があって、ウキウキしながら子どもたちに声をかけると、子どもたちも楽しそうに前向きな答えをくれます。

「何を言うか?」も大事なのですが「誰が言うか?」もとても重要です。同じ関わり方をしているつもりでも、子どもたちの心への届き方は変化するので。一言一句まったく同じしつもんをしても、自分の心の状態次第で答えが変わる。これはとても重要なことです。

自分に余裕がないとき、イライラしているとき、急いでいるときに子どもたちに話しかけても、ついつい言葉がきつくなったり、命令や尋問になってしまったりうまくいかないという経験は誰にでもあるはず。『子は親を映す鏡』と昔から言いますが、僕たち大人の不安や不機嫌、いらだちはそのまま子どもの不安定な気持ちにつながります。子どものためのアプローチだけでなく、自分たちがどう楽しむか、自分の心をどう満たすか、を考えることが循環して、子どものためになるのです。

グリーンスクールに通う子どもたちは、本当に楽しそうに、目が輝いていました。それは先生も同様です。

エピローグ

高校卒業時や大学卒業時にプロサッカー選手になれる人数は約100人~200人。そして、サッカー選手の平均引退年齢は25・26歳といわれています。

子どもたちは「将来はサッカー選手になりたい!」と口を



揃えますが、狭き門であると同時に、サッカーの技術だけを鍛錬しては引退後、社会から必要としてもらえません。

もちろん、鋭い痛みを伴うからこそ成長できるというモノの見方もできますが「プロサッカー選手になりたい!」という子どもたちの夢を応援すると同時に、プロサッカー選手になれなかったとしても、引退した後も社会人として自分らしく輝く人に育つ手伝いをしたいと思っています。また、僕たちは一人でも多くの子どもたちがその子らしく輝いて欲しいと願っています。そのためにも、子どもたちだけに変化を求めるのではなく、まずは僕たち大人から行動と変化を起こすことが必要です。

最後に、この記事からの気づきを行動に移しやすいよう「しつもん」をご用意しました。しつもんには「どんな答えも正解」「わからないも正解」「他の人の答えを」そうだよ」と受け止める」です。最後まで読んでくださったみなさんがより自分らしく輝き、そのエネルギーが循環するきっかけとなったらとても嬉しいです。いつの日か、お会いできることを楽しみにしております。

しつもん「どんな体験をつくりませんか?」

しつもん「どんなセンスを磨きますか?」

しつもん「子どもたちは、どんなことに夢中になっていますか?」

しつもん「子どもたちが、うまくいっていることは何ですか?」

しつもん「目の前のことを楽しんでいませんか?」

しつもん「どんな問いかけをしますか?」

しつもん「自分を満たすために何をしますか?」

しつもん「いまの笑顔は輝いていますか?」

演劇教育と未来を生きる こどもたちへの願い

こども演劇プロジェクトN.G.A

中村 達哉



現代に求められる教育

「教育」がより良い社会生活を営むために重要であることは、疑う余地のないことであります。特に幼児・児童期の教育は、その経験がその後の生き方を左右するものであり、人間形成に大きく影響します。

したがって、この時期に経験・体得しておかなければならないことは過大にありますが、今、日本ではコミュニケーション力を育成することこそ、とりわけ大切なことではないかと考えられ、「コミュニケーション教育」という分野に注目が集まっています。

この背景には、近年のこどもが自分の思いや感情をうまく表現できないのではないかという側面と、将来において多様な価値観を持つ人々と協力しながら社会に貢献できる創造力豊かな人材育成という二つの側面があります。

そう言うと、何やら難解な印象がありますが、コミュニケーション教育はシンプルに、楽しいということが肝要です。なぜならコミュニケーションという行為は自発的でなければ意味を成さず、こども自身が対人関係に関心を持ち、互いの心に触れ合うことができたという達成感が、その教育効果であると言えるからです。

そこで、「楽しくてためになる」教育ツールとし

ての“演劇(=ドラマ)教育”をご紹介したいと思います。

2011年に日米中韓の高校生を対象に行われた文部科学省所管の教育研究機関の調査によると、「自分は価値のある人間だと思うか?」という質問に対し、「そうだ」と答えた生徒は、米国57.2%、中国42.2%、韓国20.2%に対し、日本は僅か7.5%だったと言います。

現代の日本のこどもたちが属するコミュニティ(学校や塾)では、「はみ出してはいけない」という空気に支配され、自分の存在意義を見つけることが困難になっています。その原因は一概には言えませんが、自分を表現する機会が少ないことが一因となっていることは明らかでしょう。

なぜなら、日本以外の先進国では、演劇を教育課程において必須としている国が多いのが現状であり、それはコミュニケーションと演劇の基礎が同じであることに起因すると考えられるからです。



演劇の基礎とは、相手の話を聞き、相手の目を見て自分の言葉を話すということはもちろん、役(=自分ではないもの)の心情や目的について深く想像することや、集団の一員として一つのまとまりある作品を創るために、自分にできるアプローチを模索することなどが挙げられます。

これらは実生活において、求められる対人スキルと一致する点が多いのです。

また演劇教育には、“演劇を教える”ということと“演劇で教える”という二つの種類がありますが、ここでは敢えてそれらを区別せず、シンプルに自分ではないものになって遊ぶことと捉えていきたいと思えます。

なぜ楽しいのか？

そもそも演劇(=おしばい)の根っこは、ままごとやヒーローごっこなどの“ごっこ遊び”であります。虚構の世界を想像し、人と触れ合い遊ぶことは誰しもが体験する最高に楽しい原体験であり、またその遊び方には無限のバリエーションがあり、尽きることがありません。

「誰にでもできてゴールが無い(=どこまでも楽しめる)」、それは演劇教育が持つ特徴です。

そして、幼児期に“遊び”がひとり遊びから他者を巻き込む形式に発達していくと同様に、劇遊びも一人で行うことはできません。

より正確に言えば、他者を巻き込んだ方が何十倍、何百倍も楽しいということを私たちは予め理解しています。

現代の子どもを取り巻く環境には多様な遊び



の形式が与えられていますが、ありのままに自由に思い描いたことを他者と共有し創造する遊びこそが、最高に楽しいということを子どもたちは本当は知っています。

しかし、そのやり方が経験不足により分からなかったり、他人の評価などを意識して怖く感じたりするだけなのです。教師の視点に立てば、その“恐怖”を打ち払ってあげることが重要になります。

遊びなのに“恐怖”という言葉は不自然に感じるかもしれませんが、誰しもが人と関わることには恐れを抱き、だからこそそれを乗り越えた先には“真の楽しさ”が待っているのです。

“遊び”から発展して、仲間と共に創り上げる劇づくりもまた、かけがえのない体験であり、最高の喜びを生み出してくれるものです。

舞台(=生身の表現)を見てもらおうとした時、子どもたちは協力し合い一丸となって、その場所には巨大なエネルギーが集まります。そのエネルギーは普段の生活では味わうことのできないものであり、また創り上げる過程で生じる悩みや困難を、自分自身で解決したという達成感をリアルに感じることができるのです。

チームの一員として一つの目標に向かって、なにかを乗り越えるという体験は、他の何にも替えられない喜びを与えてくれます。

また、演劇教育にはいわゆる劇づくりだけではなく、豊かな表現力や周りを感じる力を養う様々なゲーム、アクティビティが数多く存在します。それらは子ども本人の個性を尊重することに主眼が置かれ、目的・段階に合わせて選ぶことができます。

注目すべきは演劇教育のプログラムは全て、形は違えど、最終目標地点を「自己発信」に置いている点です。「自己発信」とは、つまり“自分なりの方法でできた”という達成感に他なりません。それが例え、客観的に見ると他人と似た表現だったとしても、それは全く問題ではなく、当人にとってそれが“己の表現”であることに価値があります。

ここで一つ具体的な例として「お願い・ダメ」というメニューを挙げます。

これは二人の内、片方が「お願い」という言葉のみを、もう片方が「ダメ」という言葉のみを用いて、劇のようにやってみる簡単な遊びですが、日常生活では躊躇される“主張すること”“断ること”を思い切って行うことができます。

おしぼいは虚構の世界なので、それを現実に引きずることもなく、大胆に自分を解放することができます。このメニューでは相手の立場になって考えることも養われ、実生活にも役立てることができます。

このように演劇教育には実践的で、楽しい遊びがたくさん詰まっているのです。

なぜためになるのか？

第一に、演劇教育はその根幹を「自己発信」に置いています。「自己発信」とは、自分の考えを“自分らしく”相手に伝えることです。それには“良い・悪い”という第三者からの評価は影響しません。表現はあくまで自分で生み出さねばならず、そこにこそ価値があるのです。そして、楽しみながら自分を表現する経験を積んだ子は、前向きでポジティブな性格に変容していきます。はじめに述べた通り、自己肯定感が平均的に低い日本社会において、これは非常に貴重な効力であると言えます。

最近、ネガティブな発言をする小学生が増えたと言われますが、成功体験(=自分なりに何かを達成したという自信)が人間をポジティブに変



えることは間違いのないことでしょう。自己をありのままに発信するという事は、最初は怖いものです。いや、いつまで経っても怖いことではないでしょうか。しかし、演劇は「誰にでもできてゴールが無い」ものですから、特別なスキルは必要とされず、こどもの“伝えたい”という気持ちを掘り起こし、成功体験へと導くことができるのです。

第二に、演劇は総合芸術なので、それを体験することによって得られる効果は多岐にわたります。想像力、集中力、協調性、自主性、問題解決力、セルフコントロール力など、全てが生きる上で重要なスキルであり、それらを磨いていくことができます。とは言え、演劇教育は万能教育ではありません。ここで伝えたいことは、演劇教育というものは「生きる練習」であるということです。劇体験は人間が持っている想像力を駆使し、虚構の世界で営まれる、生きることの予行練習だと位置づけられます。

なぜなら、劇を創るということは一人では成立せず、集団でそれを成そうとすること、それ自体にコミュニケーションが求められるからです。たくさんの仲間たちと協力し合いながら、自分の心で感じ、考え、行動しなければなりません。しかも、いろいろな個性や価値観を受け入れつつ、まとめ上げていくことが必要になります。時には年齢の垣根も超えて、ある種の妥協や折り合いをつけなければならないこともあるでしょう。

演劇は“遊び”でありながら、社会の縮図であるとも言えます。それ故に、劇を創るというプロジェクトを達成した時、確かな自信と生きる上で必要な様々なスキルを手に入れることができるのです。

自分という存在の価値に気づく

これまで述べてきたことが、演劇教育の基本的な理念であり、目的であります。

最後に、私がその中でも最も大切にしたいと

考えることについて書きたいと思います。

それは、こどもの内面的な成長として、“自分は替えのきかない存在である”ことに気づく、ということでもあります。それは言葉で言うのは簡単ですが、実際にそう感じるのには、なかなか難しいことではないかと思えます。一体、自分の魅力とは何なのでしょう。

先に述べた通り、演劇教育は“自分らしい”ということを尊重し、「自己発信」に主眼が置かれています。

ただし、そこに隠れている問題は、教育としては“良い・悪い”の違いによる評価はありませんが、現実として“優れている・劣っている”という技術的な他者との違いは存在するという事です。「発信する」ということは他人に向けて為されるため、結果的に伝わったかどうかという意味での評価は、必然的に存在することになります。この二つの観点を子どもたちはどう受け止め、捉えていくべきでしょうか。

私はこの二つの物の見方は、どちらが正しいということではなく、“共存”しているのだと考えます。それは実生活でも同様です。

個性という価値も、能力という価値も、どちらも私たちの中にはほとんど同レベルで存在し、バランスを保っています。しばしば芸術教育は、個性の育成という観点でしか語られず、それと社会性が結びついている点には目が向けられませんが、海外において“演劇(=ドラマ)教育”が

重要視されている理由は、どちらかと言えば社会的な側面の方が大きいのです(特に多言語国家においてそれは顕著です)。

そもそも相手をちゃんと受け入れ、自分との違いを理解する基盤がなければ、“自分らしさ”を見つけ出すことはできないと考えます。

自分は優れていても価値があるし、劣っていたとしても価値がある。未来を担う子どもたちにはそのように世界を見て欲しい、それは私の願いでもあります。

“自分を好きになること”は“他人を好きになること”と似ています。そう捉えた時、対人関係への恐怖は消え去り、自由に健やか生き方を手にすることができるでしょう。そのために必要なことは、物事に対する正しい判断力と、豊かな感性であり、それがコミュニケーション教育の本質であると思います。

それはもちろん、演劇でなくても、他者と協働する活動であれば培われます。しかしながら、演劇は虚構の世界でありながら、その活動過程で子どもが感じたこと、行動したことはまさに本物の体験であり、誰でもどこまでも楽しめるツールであります。

この新しい教育スタイルが、現代の日本に浸透し、子どもが魅力的に成長していくことに役立てられていくことを願っています。



■執筆者紹介

藤代 圭一 一人でも多くの子どもたちがその子らしく輝く

一般社団法人スポーツリレーションシップ協会代表理事。

教えるのではなく問いかけることでやる気を引き出し、考える力を育む『しつもんメンタルトレーニング』を考案。地域で1勝を目指す選手から全国優勝チームなど様々なジャンルのメンタルコーチをつとめる。2015年からはインストラクターを養成し、その数は全国で250名を超える。<著書>スポーツメンタルコーチに学ぶ「子どものやる気を引き出す7つのしつもん」(旬報社)

■ブログ <http://shimt.jp> (子どものやる気を引き出すしつもんメンタルトレーニング)

中村 達哉 演劇教育と未来を生きるこどもたちへの願い

1983年愛知県生まれ。千葉大学教育学部出身。

こども演劇プロジェクトN.G.A.講師。

ドラマティーターチャーとして、800回以上の演劇ワークショップを実践。コミュニケーション能力の育成から舞台演出まで幅広い領域の指導を手掛ける。

<著書>中高生向け脚本『ラストチャンスは二度やってくる』(国土社)。

本作は日本全国の学校の文化祭や演劇部活動の演目として上演される人気作品。

■協力園

表紙：大田区立 西蒲田保育園 (東京都 大田区)

■「健康教育」あらまし

こどもたちのすこやかな成長を願って創刊された季刊誌「健康教育[®]」。

1956年の創刊以来、創業者・河合亀太郎の信念を伝え続けております。

読者対象/日本全国の小中学校・幼稚園・保育園の学校長や園長を始めとする先生方・保健主事・養護教諭・給食関係者など。

平素より「健康教育[®]」をご愛読頂きまして、誠にありがとうございます。

編集部では、皆様のお役に立つよりよい紙面づくりを目指しており、皆さまが実践されている健康教育の参考にして頂ければ幸いです。ご覧になりたい内容やテーマ、また各園・学校紹介(例:当園では、健康教育の一貫として、このようなことを行っています等)、そのほかご意見・ご感想がありましたら是非お聞かせください。

なお、お問い合わせは下記の連絡先までお願い致します。

お問い合わせ・ご連絡先

河合薬業株式会社 「健康教育[®]」編集部

〒164-0001 東京都中野区中野6丁目3番5号

TEL:03-3365-1110(代) FAX:03-3365-1180

E-mailアドレス: genkikko@kawai-kanyu.co.jp

ホームページアドレス: <http://www.kawai-kanyu.co.jp>

「肝油ドロップ」って、なんだろう。



それは「元気っ子ビタミン」。



カルシウム肝油ドロップ

ビタミンA・D・カルシウムが
入っています。



ビタミンC肝油ドロップ

ビタミンA・D・Cが
入っています。

肝油ドロップは「よみきかせ」を応援しています。

高橋みなみの
これから何する? 「よみきかせ」  80. Love TOKYO FM [FM80.0MHz (月曜日~木曜日14:30頃~)]