

ラポール(相互の信頼関係)の作り方～教育現場編～

カウンセリングに限らず、私が面接の時にいつも心がけていることは、【笑顔】と【ちょっぴり(?)のユーモア】です。人との出会いというのは、やっぱり“第一印象”で決まるところが大きいのですよね。ですから、相手に安心感を持ってもらい、自由に話しても良いという雰囲気を作るために、出会いはやっぱり【笑顔】が大事です。まっすぐこちらを見てくれる人の場合はこちらもまっすぐに見ながら【笑顔】、伏し目がちに下を向いている人には、その人の視界にこちらの顔が入るようにかがんで【笑顔】。そして、「初めまして。カウンセラーの小林です。よろしくお願いします。」とご挨拶。そして、そこからお話に入っていきます。

カウンセリングの用語に『ラポール』という言葉がありますが、これは、クライアント(相談者)とカウンセラーとの間の“相互の”信頼関係という意味を指します。このラポール作りは、どんな心理療法を実践するうえでも必要不可欠なものです。もちろん、教育(学校)の分野でも同じことが言えますよね。生徒の健全な成長をサポートしていく先生方は、生徒本人はもとより、その生徒を取り巻く家族(特に親)との関係も、普段から風通しの良い良好な状態にしておくことが大切になります。

さて、具体的なラポールの作り方ですが、まずは【笑顔】でしたね。例えば、校則違反などの理由で生徒を指導する場合でも、アスッとしているよりも、まずは【笑顔】で「よく自分のところへ来てくれたね。」の気持ちを伝えてから、「さて、何を呼ばれたか分かるかな？」と始めればいいのですよね？最初から先生がケンカ腰でなくてもいいんです。(だって最初からケンカ腰じゃ、疲れちゃうでしょ?)それに、先生がケンカ腰なら生徒もケンカ腰で応えます。これは当然のことです。だから逆に、「よし、お前の言い分も聞くから言ってみろ」という雰囲気が生徒に伝われば、頭ごなしに怒られないことに生徒は安心するし、正当な言い分がなければ“降参”も早いものです。そんな関係作りが、生徒の方から先生を自然に相談相手に選んだり、「この先生の言うことはちゃんときかなきゃ」という、良い意味での意識付けにつながったりしていくことにつながります。そしてこれは保護者も同様のことが言えます。問題を起こして呼び出した保護者に対して、いきなり無表情で「実はお子さんがこういう問題を起こしまして…」と始めてしまったら、たどたどすブルーな気持ちでやって来た保護者は、さらにその気持ちに追い打ちをかけられてしまいます。そんな状態の保護者との間には、ラポールはできませんよね。子どもの問題について保護者と話し合い、学校と家庭で連携して対応していくためには、忙しくても、ファーストコンタクトが大事です。まずは【笑顔】で「よくおいでくださいましたね。」、そしてちょっと雑談しながら保護者の気持ちを和ませて、その後「さて、今回お呼びしたのはですね…」というふうに入るのがベターです。雑談はなんでもいいんです。「今日は暑いんですねえ、ここまで大変でしたでしょう。」とか、「今日はお仕事はお休みだったんですか？」などなど。実は、ラポールは、《先生》と《保護者》のような立場や役割から離れた雑談の中でできていくものなんです。《先生》と《生徒》という関係でも言えることですが、雑談の中でお互いの共通点を見つけたり、「ああ！それ分かる！」というような体験を通してお互いの距離が縮まり、良い関係を築いていくことができるわけです。