



令和4年度

学校だより

10月号

～ひとがすき まちがすき いわさきの子～

横浜市立岩崎小学校

電話 331-5123

FAX 331-5343

I (アイ)メッセージで話す

校長 小林 雅弘

あなたが公衆トイレに入ったとします。次の2つの言葉から、それぞれどのような印象をもつでしょうか。

A 「トイレをきれいに使ってください」

B 「トイレをきれいに使ってください、ありがとうございます」

どちらも公衆マナーとして、トイレをきれいに使ってほしいというメッセージですが、何となくAよりもBの方が、「きれいに使おう」という気持ちになりませんか？実際にBの表示の方が、トイレの汚れが圧倒的に少ないのだそうです。なぜでしょう。

Aの主語は「You(あなた)」です。「あなたはトイレをきれいに使ってください」という意味です。これを『You(ユ)メッセージ』と言います。それに対して、Bの主語は「I(わたし)」です。「トイレをきれいに使ってくれて、わたしは感謝をしています」という意味です。これを『I(アイ)メッセージ』と言います。

人間にはだれでも良心があり、「よりよく生きたい」という願いをもっています。他者に期待されれば、その期待に応えようとするし、他者が悲しめば、悲しませたくないと思うものです。逆に、他者から自らの言動や行動を強いられると、本能的にそれを拒んだり、受け入れづらくなったりするものです。上記のトイレの表示の場合、BのIメッセージだと、「ありがとうという相手の気持ちに応えるために、きれいに使おう」という自発的な気持ちが生まれるため、トイレがきれいに保たれるのです。

これは、子どもへの関わりでもとても大切なことだと思っています。例えば、粘り強さが不足しすぐにあきらめてしまう子がいるとします。そのときに「何ですぐあきらめてしまうんだ。粘り強く取り組みなさい。」と言うのと、「すぐにあきらめてしまうのはもったいないと思うよ。粘り強く取り組む姿が見たいな。」と言うのでは、子ども自身が受ける印象に違いが出るように思います。前者はYouメッセージ、後者はIメッセージです。同じ「粘り強く取り組むこと」を求めています。子ども自身の自発的な姿が期待できるのは、おそらく後者の方が大きいのではないかと考えます。他にも「忘れ物をしてはいけません」(You)と「忘れ物がなくなるとうれしいな」(I)や「机の上に大切なプリントを出しっぱなしにしない。」(You)と「大切なプリントをしまってもらえると安心するのだけれど」(I)、学校でも家庭でも、YouメッセージをIメッセージに変える機会は多くあると思います。もちろん、Iメッセージにも欠点があり、回りくどい表現になってしまうことや、相手に的確に指示や依頼が出しづらいということなどが挙げられますので、すべてをそれに変えることは難しいでしょう。しかし、日頃のコミュニケーションの中で、時折主語をYouからIに変えて表現してみることは、円滑な人間関係を築いていくうえでも大切であり、特に教育の場では積極的に取り入れていくべきだと思っています。みなさんはどう思いますか？