



ヤマアラシのジレンマ
～心地よい人間関係づくりに向けて～

校長 筒井 啓介

真冬のある日、吹雪の中で、寒さに震える2匹のヤマアラシがいました。寒くて寒くてたまらないヤマアラシは、互いの身を寄せて温まろうとしました。ところがヤマアラシには棘があるので、体をくっつけてしまうと、相手に棘が刺さって、痛くてたまりません。かといって、痛いので体を離そうとすると、今度は、また寒くて凍えそうになってしまいます。

くついつい離れたりを繰り返すうちに、2匹は、ようやく「体は温まるけれどお互いの棘は刺さらない」くらいのちょうど良い距離を見つけました。（ドイツの寓話）

ヤマアラシは、身体に鋭い棘をもった動物です。しかし、実際その棘は、立てたりねかせたりすることができるので、この話は当然、創作ですが、アメリカの心理学者が人間関係における距離感のジレンマをこの話を引用して名付けた心理学の用語です。

この話と同じように、人間も親しくなって相手との距離が近くなると、それまで気が付かなかった相手の欠点が見えたりして、距離が近くなった分、遠慮もなくなり、相手を傷つけてしまうことがあります。また、相手を傷つけてしまうことや自分が傷つくことを恐れて、親しくなれない、人の交流ができないという人もいます。

自分が平気なことでも、相手が嫌なこともあるし、逆に、相手は深く考えていないことでも、自分にはとても気になることもあります。

「ヤマアラシのジレンマ」を乗り越え、お互いにとって心地よい関係をつくるためには、自分を知ることと、相手は自分とは違う人間だということを理解し、受け入れることが大切ではないでしょうか。

西谷中生のみなさん、まずは相手の言葉に耳を傾け、自分の気持ちを丁寧に伝えることからはじめてみませんか。

■進路について考えよう

3年生は学活の時間を使って進路についての学習を進めています。その中でも面接について学習を行っていますが、多くの人は面接の経験は初めてで疑問や不安もあると思います。公立高校の推薦・特色選抜では面接があります。また、私立高校も多くの学校で面接があります。（専願者は面接を行うが、併願者は行わないという学校もあります）そこで、下記に面接で良く質問される内容について例をあげてみます。まずは、各自でどのような回答をするのか考えてみましょう。

【基本的なこと】

- ①今朝は何時に起床しましたか。
- ②今日は、どのような交通機関で本校まで来ましたか。
- ③担任の先生の名前を教えてください。
- ④今日の筆記試験はできましたか。

【志望動機について】

- ①なぜ、本校を受験しようと決めたのですか。
- ②なぜ、この学科（コース）を受験しようと決めたのですか。
- ③どのような高校生活を送ろうと考えていますか。
- ④どの部活動に入ろうと考えていますか。

【受験する学校について】

- ①本校の印象を教えてください。
- ②本校の教育の中で、最も興味を持っていることは何ですか。
- ③本校の教育方針で最も興味を持っていることは何ですか。
- ④本校のオープンスクールに参加されましたか。参加された場合、どのような印象を持ちましたか。

【中学校での経験について】

- ①あなたの中学校の特色を教えてください。
- ②中学校で頑張ってきたことは何ですか。
- ③中学校の経験で最も印象に残っていることは何ですか。
- ④中学校で所属していた部活動は何ですか。また、部活動で学んだことは何ですか。
- ⑤中学校で生徒会（委員会）活動をしていましたか。また、生徒会（委員会）活動で学んだことは何ですか。

【自分自身について】

- ①自己PRをしてください。
- ②好きな教科と苦手な教科を説明してください。
- ③あなたの特技は何ですか。
- ④あなたの長所と短所について話してください。
- ⑤あなたの短所は何ですか。それをどのように克服していきますか。
- ⑥あなたが好きな言葉はありますか。
- ⑦親友がいますか。親友とはどのような話をしますか。
- ⑧心配や悩み事がある時はどうしますか。

【将来のことについて】

- ①本校を卒業した後、どのような進路を考えていますか。
- ②あなたの将来の夢は何ですか。
- ③夢の実現のため、何か努力していることはありますか。
- ④将来、どのような職業に就きたいですか。

【社会への関心について】

- ①最近のニュースで気になっていることはありますか。
- ②環境問題について、日頃から心掛けていることはありますか。
- ③新聞や本を読みますか。どのような記事やジャンルに興味がありますか。
- ④ボランティア活動についてどう思いますか。また、参加したことはありますか。

【日常の生活について】

- ①毎日、何時間ぐらい家庭学習をしていますか。
- ②何時頃に起床しますか。何時ごろに就寝しますか。
- ③日頃の生活で心掛けていることはありますか。
- ④家庭で、あなたは何か手伝いをしていますか。
- ⑤日頃、SNSやインターネットをどのぐらいの時間利用しますか。
- ⑥休みの日はどのようにして過ごしていますか。

【面接の形式について】

高校入試で行われる面接は、「個人面接」「集団面接」「グループディスカッション」の形式があります。まずは、自分が受験する学校がどのような形式で実施するのかを募集要項などで調べてみましょう。下記にそれぞれの特徴について紹介します。

①「個人面接」

受験生1人に対して、面接官が1～3人という面接形式です。一人で複数の面接官に対応するため、緊張すると思います。しかし、他の受験生とその場で比べられることがないので、まずは落ち着いて話すことを心がけましょう。

省略

②「集団面接」

2～5人程度の受験生を一つのグループにして、面接官（1～3人）と対応する形式です。他の人の発言に対して、頷くなど発言に耳を傾けていることを態度で示すことは大切です。

③「グループディスカッション」

与えられたテーマについて、5～10人の受験生で討論します。進行役を面接官がする場合と、受験生の中から進行役を決めて、討論する場合があります。どのような発言をするのかということは重要な要素ですが、それ以上に、グループ内でのリーダーシップや協調性・積極性などを評価されます。

【面接官の評価ポイント】

何よりも「この学校で学びたい」という意欲が受験生にあるか否かを見ています。合格して終わりではなく、卒業までしっかりと学び、次の進路に向かって頑張る意欲があるかを見ています。また、面接に臨む服装や態度、言葉遣いも注目されています。面接の時間は限られた時間ですが、その時間を使って、ぜひこの学校で学びたいという意欲が伝わるように頑張ってください。

【面接の流れ】

個人面接を例に、面接の流れ（入室から退室まで）を右に示しておきます。参考にしてください。初めての面接で不安や疑問も多いと思いますが、先生や友達・家族に協力してもらい、面接の練習に挑戦してみましょう。練習を重ねるうちに、必ず落ち着いて対応ができるようになります。