

## まえがき

かつて、子どもにとって教師というものは、社会的に権威を持つ存在でした。教師が教師というだけで、子ども達は「先生の言うことはきかなければいけない」「勉強をがんばらないといけない」という気持ちになっていました。いいか悪いかの話は置いといて（実は悪いことなので）、教師自身が魅力的な存在であろうと努力しなくとも、それなりに学級は回っていました。

ところが、現在は、教師が教師というだけで、子ども達が教師にオーラを感じる時代は終わってしまいました。過ぎ去った時代に戻すことはできません。変えることができるるのは、自分と未来です。つまり、教師自身が努力をして、自らオーラをまとわなくてはいけない時代になってしまったのです。

では、教師の「社会的権威」が標準装備でなくなった今、教師のオーラを身につけるためには、どのようなオプション装備をしなければいけないのでしょうか。

「子ども達への熱い思いはあるか」「教育のプロと胸を張って言える専門性を持っているか」等、チェック項目はいくつも考えられます。その中でも、私がまず言いたいことは、

### 教師は見た目を意識しろ！

ということです。「熱い思い」は教師なら持っていて当然のオプションですし、逆に、「専門性」については一朝一夕に身につくオプションではありません（ただし、身につけるための努力は続けてください）。

だからこそ、教師が、まず意識すべきことは、「見た目」なのです。もちろん、これは、エステに通い、ブランド品を身につけるということではありません。子ども達からどう見られているか意識してほしいということです。オーラは出すものではなく、感じさせるものだからです。

オーラの主体は、見る側にあるのです。

たとえば、教室における教師の立ち姿です。私は今まで多くの先生方のクラスを参観してきましたが、立ち姿がしっかりしている先生のクラスで学級崩壊が起こっているのを見たことがありません。

意識することは、立ち姿だけではありません。ほかにも、歩き方、声の出し方等、教師が無意識にとっている行動を、その行動をとる意図を明確に意識することで、子ども達の反応は大きく変わってきます。

そこで、本書では、教師が教室でどうふるまうべきなのかというポイントや、クラスをまとめるにあたってどこを見ていくべきなのか、子どもとの距離の取り方等、ノンバーバルな要素を中心に具体的に紹介することにしました。さらに、最終的に信頼される教師となるために、どう人間力を高めていけばいいのかということも、裏ワザ的なことも含め、自分が実際にやってきたことすべてを本書にまとめ上げました。ぜひご覧ください。

### 教師は見た目で9割決まる。

熱い思いは持っているもののまだ自分の専門性に不安を感じている若い教師（自称も含む）は、これくらいの意識を持って、日々の実践に取り組んでほしいと思っています。

“May the teacher's aura be with you !”

最後までおつきあいいただければ、あなたの教師としてのオーラは、さらに輝きを増すこと間違いありません。

2017年10月

俵原 正仁

教師は見た目で9割決まる！

## Contents

### 第1章 教師の立ち居ふるまいだけで クラスは変わる！

1 立ち姿で、その人の力量がわかる	8
2 歩き方一つでイメージが変わる	10
3 オラオラオーラはご遠慮ください	12
4 パーソナルスペースで関係がわかる	14
5 Aの子、Cの子のパーソナルスペース	16
6 Bの子のパーソナルスペース	18
7 近づくなら、右から入れ	20
コラム1 子どもと子どもをつなげるネタ 班対抗しりとり合戦	22

### 第2章 できる教師は眼力でクラスを制する！

1 あの子の指は動いているか？	26
2 子どもを見る目の鍛え方	28
3 教室のすべての子が見えてますか？	30
4 広い視野で物事を考える	32
5 メタ認知力を高めよう	34
6 見て見ぬふりはいけません	36
7 見て見ぬふりも時には必要です	38
8 伸びたか伸びていないかで判断する	40

9 全体を見て、あえてスルーする	42
コラム2 子どもと子どもをつなげるネタ 十一色百人一首	44

### 第3章 あなたの動きで子どもとの距離は コントロールできる！

1 手を振ることで、つながりを確認	48
2 握手で、子ども達との距離を縮める	50
3 ハイタッチで一緒に盛り上がる	52
4 拍手で、一体感を創りだす	54
5 リアクションを意識せよ	56
6 さらなるリアクションの高みへ	58
7 とにかく遊ぶ	60
8 腹から声を出せ	62
9 その空間にふさわしい身体に	64
コラム3 子どもと子どもをつなげるネタ どうぶつしょうぎ	66

### 第4章 クラスで楽しいオーラを 出せていますか？

1 楽しそうな先生になるために	70
2 いつも笑顔の教師と思われる方法	72

3	笑顔のオーラは伝染する	74
4	アイコンタクトは絆	76
5	教師のオーラを目ヂカラに乗せて	78
6	好き好きオーラを出す	80
7	すべての子どもを好きになるために	82
8	好きになればあなたが変わる	84
9	さすがプロだと思わせる裏ワザ	86
10	保護者と組めば最強タッグ	88
コラム4 教師と子どもをつなげるネタ 仲間集めゲーム		90

## 第5章

クラスの雰囲気をつくれる  
教師になるために！

1	本当は、「清く、正しく、美しく」なくても	94
2	演じることを楽しめる人に	96
3	演じることで救われる	98
4	雰囲気を創り出す	100
5	人は見かけで判断します	102
6	力をみなぎらせたい時は、情熱の赤をまとえ	104
7	願わくは、我に七難八苦を与えたまえ	106
8	踏み込みゆけばあとは極楽	108
9	人間力を高めるために	110
コラム5 お互いにわかりあうためのネタ 合わせて50！		112

# 第1章

教師の  
立ち居ふるまい  
だけで  
クラスは変わる！

STEP

1

# 立ち姿で、その人の力量がわかる

とにかく「だらしない立ち方」はNGです

## 武士のような凛とした立ち姿

いろいろなクラスを見ていて気づいたことがあります。

それは、まえがきにも書いたように、「立ち姿がしっかりしている教師のクラスは崩壊しない」ということです。学級を崩してしまう教師にはいくつかの共通点があるのですが、その一つが立ち姿です。

きちんと立つ。

それだけで、子ども達から一目置かれるようになります。「何かにもたれかかる」「片足に体重をかける」「じっとしていられず、常に動いている」ような立ち方はNGです。両足に体重をかけて、まっすぐ立つ。左右対称のイメージで立つことをを目指してください。

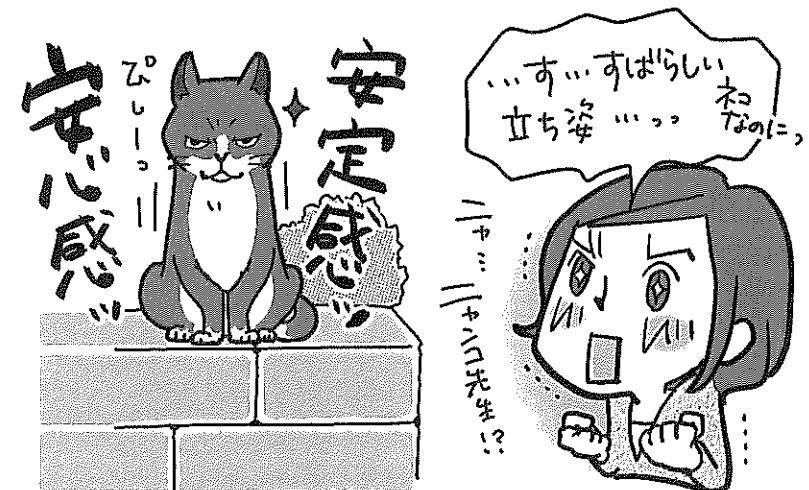
左右対称、つまり、シンメトリーな状態のものに対し、人は「美しさ」や「安定感」「安全感」「誠実さ」などを感じるのだそうです。この効果を利用して、意識的に対称性を作り出すことによって、見る人に「安全感」や「誠実さ」といったいい印象を与えることができます。

## まずは意識をするだけでOK！

ただ、自分で言っておきながら、私も座つたらすぐに足を組んでしま

います。シンメトリーが大切だと知っていても、私も含めすぐにはできない人もいるでしょう。でも、大丈夫です。シンメトリーな立ち方が常にできない人でも、意識さえすれば、短時間ならできるはずです。実は、学校生活の中で、ピシッとした姿で立たないといけない場面は意外と限られています。逆に、子どもから話を聞くような場面では、姿勢を崩して前のめりになった方が効果的なこともあります。

ですから、一番大切なことは、意識することです。意識することによって、自分の立ち姿を振り返ることができるからです。「だらしなさ」「不信感」を感じさせるほど、立ち姿が崩れている場合は修正しなければいけませんが、そうでなければ、自分の体幹を鍛えながら、シンメトリーな姿勢ができる時間をぼちぼち増やしていくべきなのです。



常に姿勢を意識することが大切です

### Point

子ども達は、自分の担任にはかっこいい存在であってほしいのです。そうでないと子ども達に対する教師の権威がなくなります。

STEP

2

## 歩き方一つで イメージが変わる

歩き方一つで子ども達の教師に対する印象は変わってきます



### 教室での歩き方を意識しますか？

立ち姿のチェックの後は、歩き方です。

あなたは、教室の中でどのように歩いていますか？

どちらかといえば、ゆっくり歩いていますか？ それとも早足ですか？ その時の姿勢はどうですか？ 前かがみで歩いていますか？ 胸を張って堂々と歩いていますか？

多くの人はそんなことは意識していないでしょうから、即答できないのではないかでしょうか。でも、そのようなあなたの歩く姿を子ども達はいつも見ているわけです。いつも独楽鼠のようにせかせかと歩いている教師よりも、少し大股でゆっくり歩く教師の方が、頼れる感があります。歩き方一つで、子ども達に与える教師のイメージが変わってきます。だから、教師は歩き方にも気を配る必要があるのです。



### 自分の動きに気づくには？

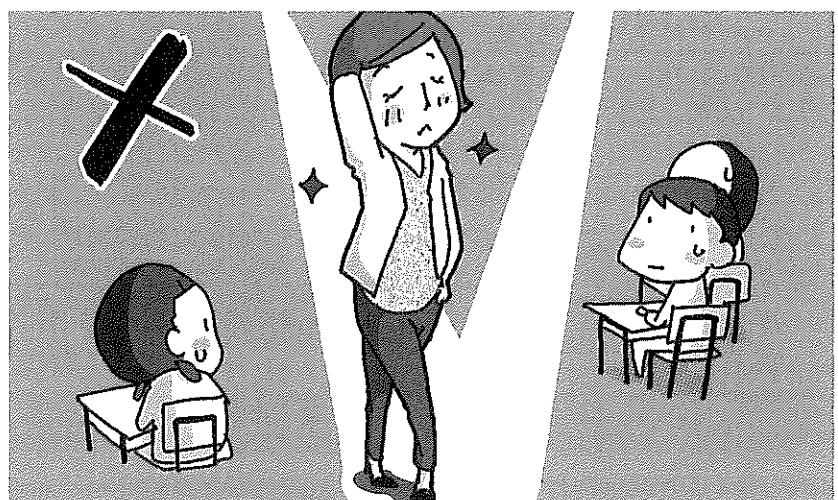
まずは、授業中の様子を録画して、自分の立ち姿や動きを見ることをおすすめします。映像で見てみると、自分のイメージと実際の動きにかなり誤差があることに気づきます。胸を張って堂々としていたつもりなのに、実際はうつむいて前かがみになっていて、せこせこした動きのス

ケールの小さな人物のように見えるなど、自分のイメージ通りに身体が動いていないことに気づき、愕然とするものです。

「大股で早足で歩く」姿には、その人のやる気と自信を感じられます。一方で、その姿は、周りの人に対して圧迫感も与えます。「静かにゆっくり歩く」方が効果的な場合もあります。私も、全体の場で話をする時と机間巡査（巡って指導の意味）の時の歩き方は違います。要は、

### 場に応じた歩き方をしなければいけない

ということです。そのためには、「自分のイメージどおりに動ける身体」を作ることが必要です。モデルが自分の歩き方をチェックするように、教師も自分の動きを時々映像などでチェックするのです。



いくらかっこよくてもモデルのような歩き方は NG です

### Point

「だらしない立ち方」もいけませんが、同じぐらいいけないのが「せこせこした歩き方」です。こちらの方は、意識すればすぐに直せます。

STEP

3

## オラオラオーラは ご遠慮ください

気づかぬうちにマイナスオーラの圧を出していますか？

### 教室の空気を悪くしているのは誰？

「立ち姿がしっかりしている教師のクラスは崩壊しない」。その理由は「そのような教師は、子ども達から一目置かれるから」ということのほかに、「教師のピシッとしたオーラが子ども達に伝わり、クラスの中にピシッとした空気が流れるから」ということもあげられます。教師の発している雰囲気は確実に子ども達に伝わっていくのです。

もちろん、伝わるのは、いい雰囲気だけではありません。だらしない立ち方をする教師のクラスがじわじわと崩れていくように、嫌な雰囲気の方がクラスに対する影響力は強いかもしれません。

だからこそ、「きちんと立ちましょう」というSTEP1の結論につながっていくのですが、1つ気をつけなければいけないことがあります。それは、「教師の権威を出そう」と意識しすぎるあまり、「威圧感を与えすぎる」ふるまいをしてしまうことがあります。

### オラオラオーラはNGです

特に、低学年の担任は要注意です。1年生の場合、自分が叱られていなくても、クラスのほかの友だちを叱っている教師の姿を見て、泣き出してしまった子もいます。それぐらい繊細だということです。ですから、腕

組みをして話を聞いたり、姿勢を低くして目線を合わせることをしないで文字通り“上から目線”で話を聞いたりしていると、教師自身にはそのつもりがなくても、子ども達は威圧感によって萎縮してしまいます。また、言葉遣いにも気をつけてください。私自身もそうでしたが「乱暴な言葉遣いが、子ども達との距離を縮めてくれる」と勘違いしている若い教師を時々見かけます。乱暴な言葉遣いが放つマイナスのオーラは、すぐにクラスに伝染します。

時には、教師の威圧感が必要な場面もありますが、教師が日常的に威圧感を子ども達に与えてはいけません。教室の空気が悪くなります。威圧感で教師の権威を保とうとすることは、NG中のNGです。



「ナメられてはいけない！」と思っている時、特に要注意！

### Point

「威圧感=教師の権威」ではありません。マイナスオーラをまき散らすような言動をしていないか、常に自分をチェックしてください。