

中学校における教育相談の実践

—教育相談から新たな風を起こそう—

カウンセラー研究員 高村 寛（川崎市立宮崎中学校）

I 主題設定の理由

昨年3月11日に起きた東日本大震災では多くの人々が犠牲になり、自然の脅威、命の尊さ、家族や友人・学校・地域とのつながりの大切さ、また、改めて人と人との深い絆を考えさせられた。

そのような中、学校では感情や怒りをコントロールできず、友人や保護者、教職員とのトラブルをめぐり様々な不適応行動を起こす生徒がいる。根底には人間関係の希薄さがあるように感じている。

4月からカウンセラー研究員として勤務することになった私は、生徒指導担当教諭としての経験が長く、多くの問題行動の指導場面に遭遇してきた。反面、教育相談には深く携わってこなかった。そこで、この機会をとらえ、今までの生徒指導担当教諭としての経験を教育相談の見地から整理するとともに、研究で得たものを学校に還元していこうと考えた。

現在の勤務校では数年前からの“荒れ”が収まり、年々問題行動に対する指導ケースが少なくなっている。ただ、学校全体になんとなく活気が感じられない。自分に自信がもてず、前向きに学校生活を送れない生徒がいる。このような生徒達と日々接していて、何かきっかけがあれば変われるのではないかと感じた。研究員となり教育相談に関する文献や今までの研究論文を読み、様々な研修に参加し、教育相談の目的や意義がわかってきた。そこで、人間関係づくりがうまくできず、自信がもてず前向きになれない生徒にも、教育相談がきっかけになるのではないかと考えた。学校生活全体で教育相談的なかわりを意識し、増やすことにより、生徒に共感的な人間関係が生まれ、自己存在感の充実が図られ、積極的な行動へと変化する。そして学校全体が充実し、活気に満ちるようになればという願いをもち、実現させるための教育相談の実践について考えていきたいと思い、主題を設定した。

II 研究の内容

1 中学校が進める教育相談

中学校学習指導要領解説では、「教育相談は、一人一人の生徒の教育上の問題について、本人またはその親などに、その望ましい在り方を助言することである。」とされている。平成22年に文部科学省から出された生徒指導提要では、「教育相談は生徒指導の一環として位置付けられるものであり、その中心的な役割をになうものといえる。」としている。すなわち生徒指導も教育相談も人間関係づくりが大切であるということは、共通しているのとらえられる。これまで、勤務校では荒れていた経緯もあり、問題に直面している生徒を対象とした「問題解決的教育相談」や問題が発生しそうな生徒を対象にした「予防的教育相談」が中心に行われていた時期があった。しかし、これからの中学校で行われる教育相談は、「育てる教育相談」も積極的に取り入れることが大切だと考えた。育てる教育相談とは、「なによりもまず、生徒の気持ちを受けとめ、より生徒理解を深め、よいところを認め励ますこと」ととらえている。そのことによって、生徒自ら心のエネルギーを満たし、他者を思いやり、共感的人間関係を築こうとする姿勢が、培われるのではないかと考え、教育相談を実践する際の指針とした。

2 学校が抱えている課題

(1) 学校の現状

私が昨年着任した際の生徒の印象は、明るく人懐っこく体育祭や合唱コンクールなどの行事や部活動には熱心に取り組んでいる生徒が多いというものだった。反面、自分に興味のあるもの以外には目

が向かなかつたり、成績に直接結びつかない授業科目や清掃活動の場面では、意欲的に取り組めなかつたりする生徒が目についた。また、担任教師の学級運営に不信感をもち、行事などでの教師主導の場面では何かと不平不満をぶつけてくる生徒がいた。そのようなストレスフルな生徒とうまく関係が築けずに、些細なことで口論になり教師自身もストレスを溜めているように感じた。さらに、日々の慌ただしい中で、生徒と関われる時間が確保できずに悩んでいる教師の姿を目にすることがあった。

(2) 学校生活アンケートから

家庭訪問週間や教育相談週間前に生徒の実態や悩みを探るアンケートを定期的に行っている。結果からは、学校が楽しいと答えている割合は高く、一見学校生活は充実しているように見える。反面、学校を休みたい、自分には能力がないと答えている生徒、人前で自分の意見を言えないととらえている生徒も多かった。自分に対して自信がなく、物事に取り組む際に、消極的になっている生徒の姿が浮き彫りになった。

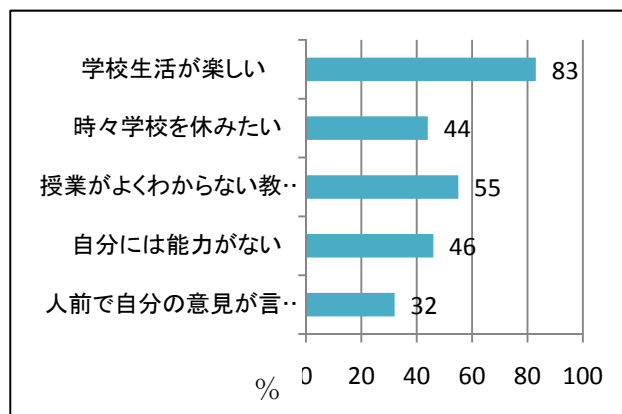


図1 学校生活アンケート（6月実施）対象M中学校860名

(3) 効果測定から

6月に行った、かわさき共生*共育プログラムの効果測定を全校22クラスで実施した。その中で3項目が川崎市の平均値を下回っていた。特に、気遣い・サポートと信頼自己の項目が低い。つまり、他人への気遣いがうまくできず、集団への所属感が低いことがわかった。また、早急に手立てを講じる必要がある、退行傾向・要支援群に多くの生徒が位置しているクラスが4クラスあった。

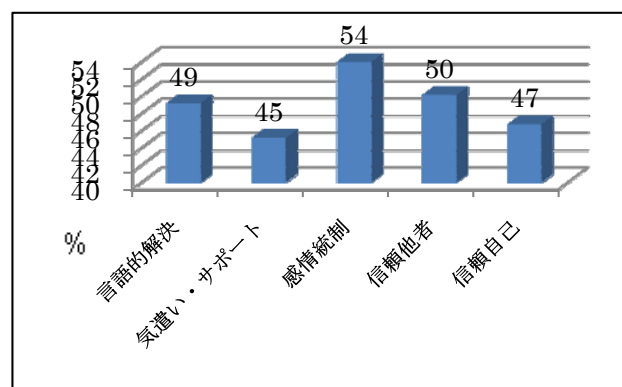


図2 効果測定結果（6月実施）対象M中学校860名

(4) 教師を対象にしたアンケートから

市内3校に協力していただいた教育相談に関するアンケートからは、勤務校の全員の教師が教育相談は必要な時に行うべきだとしている。反面、「集団の秩序を乱す」ととらえている割合も高かった。また、「教師が自分の考えを述べる」「教育相談係は必要」という項目や「教育相談に生かせる手法の認知度」は他校に比べて低かった。さらに、勤務校では教育相談への理解が、教師によってかなり差があることが分かった。アンケート結果を分析すると、栗原（2008）¹⁾の述べている、「教育相談は必要だが、集団の秩序を乱すことがある」「学校に教育相談に熱心な先生がいなくなると、教育相談的なかわりが消滅する」にあてはまった。

そこで、教育相談は教師が日常的に実施すべき活動であり、生徒指導と対立することはなく、むしろ反社会的な生徒にも有効で、生徒集団を育てていく活動であると伝えていきたい。

(5) 不登校生徒の現状

平成22年度の文部科学省の調査から、川崎市立中学校全体の不登校数は、1,140名、出現率は4.08%であり、勤務校の不登校生徒数は22名、出現率は2.56%である。川崎市の出現率よりは下回っているものの、ここ数年大きな変化はない。また、夏休み後に不登校になる割合が高いという現状もある。

以上の課題から勤務校の生徒は、自己肯定感が低く自分に自信がもてない、人とのかわりがうま

くいかずに気持ちを上手に伝えられない、さらに投げやりな行動にでる可能性もある。教師は生徒とのかかわりに悩み、教育相談に対しては必ずしも積極的でない面があることが浮かび上がってきた。

3 望ましい生徒の姿を求めて

教師向けアンケートの中で、「自校の生徒をどう育てていきたいか」という設問の答えを集約して、教師たちの求める理想の生徒像を次のようにとらえた。

「自分自身を理解し素直に受けとめ、他人を理解し思いやりをもち、自ら考え行動できる生徒」

学校が抱えている課題から浮かび上がってきた生徒の現状や、職員の求める理想の生徒像を踏まえて、これから生徒を育てていくには、生徒たちが学校生活で活動の主役になることが必要である。そのためには、学習指導の場のみならず日頃より、生徒指導提要进行を参考にして次の三つの視点に留意することが大切であると考えた。一つ目は生徒との「共感的関係」(人間的ふれあい)を基盤とすること、二つ目は生徒の「自己存在感」を大切にすること、そして三つ目は生徒に「自己決定」の場を与えることである。教師が肯定的なストロークを与えることによって、生徒との信頼関係が培われ、生徒は自らの心のエネルギーを満たしていく。エネルギーが満たされた生徒は、生徒同士の共感的人間関係を築いていき、自信をもち、自ら進んでいろいろなことにチャレンジしていくようになる。「どうせやってもできないからやらない」という生徒が、教師の言葉かけやサポートによって「自信はないけど、やってみようかな」に変わっていく。気持ちが変わることによって行動へと移っていく。そうすることで、生徒の心が、I am ok. You are ok. さらに We are ok. へと変化していき、学校全体が活気に満ちてくるのではないかと考えた。

(1) 道徳教育で生徒の人間関係を育てる

勤務校では昨年と今年の2年間で道徳の研究指定校として「人間関係を豊かにするための道徳教育の実践 ～人間愛・感謝と思いやりの心を持って～」という研究目標を進めてきた。生徒に対し、人それぞれの違いを認め合い、思いやりの心をもって人に接することの大切さを育ててきた。

(2) 研修で得た、生徒を育てるために効果的な内容

1年間で参加した研修や会議のどれもが、私にとって初めて出会うものばかりで、新鮮な気持ちで研修会や会議に参加でき、多くのものを得ることができた。その中で、勤務校での望ましい生徒を育てるために取り入れてみたいものが、次の二つである。

① 事例会議

年に9回程度行われる事例会議では、スーパーバイザーとして専門分野の先生を講師として招き、心理臨床相談員の方が携わったケースについて報告し、質問を挟みながら今後の方向性について検討していく。講師の先生の話は、まるで相談の場にいたかのように相談者を見立て、的確に分析し、今後の方針を示していく。学校では、教育相談室のような専門機関が行う事例会議とは異なるとしても、不登校生徒や問題行動を起こす生徒に対して定期的に会議をもち、検討していくことで、担任の負担や悩みを軽減し、個々の生徒への理解が深まり、より効果的な対策を講じられると思った。

② 自己表現エクササイズ

自己表現エクササイズの研修では様々なプログラムを体験した。カウンセリング技法の演習では、余計なことは言わずに相手から出てくるのを待つこと、相手の気持ちが出ている言葉を探し、その言葉を大切にし、その言葉を使って返していくこと、言葉で何を言うかではなくてどう伝えるかが大切であることを学んだ。特に、中学生以下の児童生徒では無理に話させようとせず、絵や遊具を使って表現させる方法もあることを知った。さらに、不登校防止に効果がある中1ギャップの予防エクササイズを学んだ。それは、入学してちょうどゴールデンウィークを迎えるあたりに不登校になる生徒

が多くなる。その出現を防ぐために、小学校時代に自分ができたことを書きだしていくことで自己肯定感をもち、その後に中学校の生活に入っていくとよい、というとても興味深いものだった。

(3) 教師の柔軟なものの考え方

教師自身が、教育相談の姿勢を生かした柔軟なものの見方をしてみると、生徒理解や生徒への働きかけが変わっていくと考える。

① 職員研修会を通して

8月に全職員を対象に職員研修を行った。その中でグループワークトレーニングとカウンセリング技法のエクササイズを実施した。事後の感想は「とても楽しかった、自分のクラスでも行いたい」など前向きな感想が得られた。実際に夏休み後の学級での活動に取り入れ、よい雰囲気スタートできた学年や、学校生活アンケートやかわさき効果測定の結果を踏まえ、集団を育てる必要性を感じ、リレーションづくりを目的としたプログラムを、共生*共育プログラムから選び実施した学年もあった。また、研修会以後学級で様々なエクササイズを行っている教師から、「他にもいろいろなプログラムを知りたい」という要望もあった。教師が研修を積むことで、生徒へのかかわり方が変わっていった。

② 教育相談的なかかわりを大切にした指導

問題行動の指導場面ですぐに興奮する生徒への対応の在り方を検討していった。問題行動の指導場面では教師との人間関係が構築できていない中、いきなり注意されて興奮する生徒がいる。興奮させずに指導するためには、初めにどのような言葉かけをするかが重要である。次に客観的事実である行為を叱ったとしても、生徒の憤りや後悔を受けとめようとしていく。規範意識は教えつつも、生徒が普段から「自分を気にかけてくれる、大事にしてくれる」と感じられる関係が作られていれば、注意されても、興奮せずに聞き入れるようになることを学んだ。

③ 傾聴・受容を意識した定期相談

相談週間だから行う、という様な形式的になりがちな定期相談を、いかに有意義なものとしていくか。今回、事前アンケートの内容を変更し、裏面に生徒が今の自分の気持ちを表現するワークシートを用意した。また、定期相談の目的や進め方を記したプリントを配布した。教師は座席の位置や表情、言葉のかけ方、特に傾聴・受容を意識して行った。その結果、相談中の雰囲気が変わっていった。

4 教育相談の実践

あらゆる学校生活の中で

日常の学校生活の中に「育てる教育相談」を取り入れていく。それをきっかけにしてゆっくり風車が回り始める。生徒たちの共感的人間関係が培われる。自己肯定感が充実する。自己決定の場があることで行動が積極的になり、活気のある学校生活が送れるようになる。図の中の項目や順番は、いつもこの通りにいくとは限らないが、日々の学校生活の中では、次のような教育相談的なかかわりを意識し、実践していった。

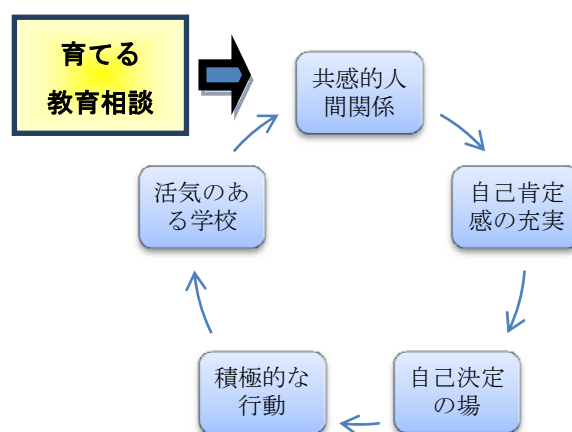


図3 教育相談で新たな風を起こす

表1 日常での教育相談的なかかわり

① あいさつを大切にし、名前を呼んでから話しかける

思いを込めた朝のあいさつからスタートする。生徒からの返事のトーンで「ちょっと暗い感じだな」など、変化に気づくことが多い。また、生徒に何か伝える際は、まず、個人個人の名前を呼んでから話しかけることで、生徒との関係づくりが円滑になる。

- ② **共に学び合うことの意義と大切さを教える**
 授業の中では、生徒同士の話し合いの時間を設けたり、生徒からの発問や意見を大切にして授業を進めていく。教え合いを通してみんなで分かるうとする喜びを得られ、お互いの理解力が深まる。
- ③ **クラスでのリレーションづくりを大切に**
 昼休みや放課後に生徒と会話するように心がける。集団の中では話せない生徒とも会話ができることも多く、今まで知らなかった面が見えるなど生徒理解が深まる。会話でなくても個人ノートや班ノートから読み取ることも効果的である。また、学級通信で生徒を認め・ほめることで、生徒が学級への所属感、存在感を得る。さらに、保護者は生徒やクラスの様子を知ることによって家庭での会話の糸口になる。
 もう一つ、担任の教師が自己開示して、クラスへの自分自身の想いを“私メッセージで”語ることで、生徒に担任の熱い気持ちが伝わる。
- ④ **行事でのかかわり**
 行事の場面ではできるだけ生徒の自己決定の場を設け、自己肯定感を味わわせる。また、生徒たちの取り組み姿勢や励まし合いの場面を多くし、互いの意見や気持ちを分かち合う時間を大切に。そうすることで活動が活発になり、普段見られない生徒のよい面を発見することができる。
- ⑤ **部活動でのかかわり**
 中学校生活の中で、とても影響力のある部活動において、できるだけ早く活動場所に行き、生徒と一緒にいる時間を増やすことで信頼関係が深まり、活動への意欲が高まる。アンケート結果でも「先生にほめられてうれしかった」と感じる割合は部活動中でのものが一番多かった。
- ⑥ **保健室に集まる生徒に対してのかかわり**
 養護教諭からの情報を得ながら、保健室に集まる生徒とかかわりをもつ。教師不信の生徒に対しこちらから受容を意識しながら話しかける。はじめは服装や頭髪指導はせずにリレーションづくりを心がけていった。徐々に心を開いてくれるようになり「溜まっているから話聞いて」など生徒から話しかけられるようになった。
- ⑦ **別室登校の生徒とのかかわり**
 カウンセラーからの情報交換で分かった、学習について悩んでいる生徒に対して、担任が補習した。それをきっかけにして、自分から担任との面談を希望するなど変化が見られ、徐々に学級へ入れるようになった。
- ⑧ **保護者へのアプローチ**
 保護者懇談会では、傾聴の姿勢についてのプリントを配布し、家庭での子どもとの会話の持ち方について話し合った。また、保護者からの相談では保護者の気持ちを受けとめ、気持ちに寄り添う姿勢を大切に。した。

このように学校生活のいろいろな場面で、多くの生徒と触れ合う機会をとらえ、教育相談的なかかわりを増やす。それにより、学校内に共感的な人間関係が培われていくと考える。

Ⅲ 研究のまとめと今後の課題

1 研究のまとめ

3回目のアンケートからは、プラスになった項目が増えている。その理由を追加のアンケートで探ってみた。学校が楽しくなった要因は、「友達との関係が良好になった」「クラスが楽しくなった」という回答が多く、クラスの雰囲気がよくなった理由は、「みんなと話しやすくなった」「仲間が増えた」「先生と話しやすくなった」としている。先生と話しやすかった理由では、「先生との会話が増えた」「教育相談がきっかけに

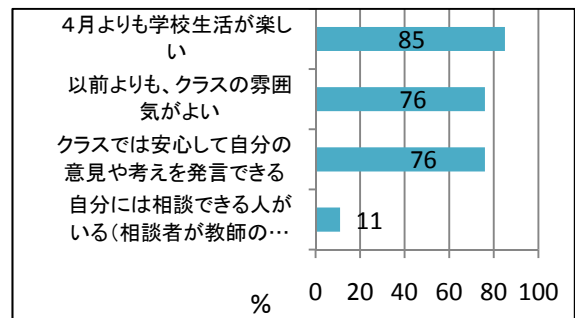


図4 学校生活アンケート（12月実施）対象M中学校448名

なった」の順だった。クラスで話しやすくなったのは「先生が話しやすい雰囲気を作った」「みんなが人の話を聞こうとする」と答えている。教師が教育相談的なかかわりを意識的に行ったことで、クラス内の雰囲気が変わり、学校生活が楽しいと感じている生徒が増えた要因とも考えられる。次に、教師のアンケートではグループワークトレーニングなどのプログラムを2回行ったという答えが一番多く、中には3回以上行ったという答えもあった。また、85%の教師がプログラムを実施してクラスの雰囲気が変わったと答えていて、「話し合いが活発になった」「コミュニケーション能力が上がった」としている。生徒が変化してきた理由についての回答では「人間関係づくりを意識した」「生徒への話し方や聴き方に気をつけるようにした」「行事などで生徒主体の場面を増やした」の順となっている。

アンケートの結果から、職員研修を行うことで教師の意識が変わり、日々の学校生活において教育

相談的なかかわりを意識するようになり、生徒同士、教師と生徒とのかかわり方も変わりつつある様子がうかがえた。また、学級では様々なプログラムを行ったことや、校外学習などの行事で自己決定の場が増えたことで生徒の自己肯定感が増した。さらに、定期相談を行う際に、まずは傾聴と受容を大切にすることで、相談中の雰囲気にも変化が見られ、生徒が話しかけやすくなったと考える。研究を通して、教育相談をきっかけにし、生徒と教師の関係も良好になり、生徒がお互いを認め合い、協力し合い自信をもって活動し、活気ある学校に近づきつつあると感じている。

2 今後の課題

今回の研究を通してさらによりよい学校をめざす中で、新たな課題が浮かんだ。一つ目は効果が見えてきた教育相談を恒常的に行うために、また、学校運営に反映させるために、仕組みづくりである教育相談に関する組織を校内に作り、定期相談や共生*共育プログラムなどの実施を年間計画に位置付け、計画的に進めていく。また、講師を招いて職員研修を行い、様々な演習や指導上問題のある生徒の事例検討を行っていかうと考えている。二つ目に、出現率が変わらない不登校生徒については、担任一人でのかかわりには限界があり、学年やサポートチームなど組織的な体制を作り支援していく必要がある。また、入学後に不登校生徒に絞った情報交換をもつなど、小学校との連携を行っていくことが求められる。三つ目に、今回担任との補習をきっかけにして教室へ入れるようになった生徒がいるが、他にも学習不振の生徒はいる。このような生徒に補習などの学習をサポートする場を設ける等の方策を検討したい。さらに、不登校生徒をもつ保護者との連絡を密にとり、悩みを共有し、寄り添いながら方向性を探っていく。これら三つの課題に対して真摯に受けとめ取り組んでいきたい。

1年間の研究を行ってきて私自身の考え方が大きく変わった。研究員になり、受容を大切にして、まず相手の話を聞こうとすること、指導場面でもただ叱るだけでなく、相手の気持ちを受けとめることを心掛けた。また、以前は教育相談と生徒指導は相反する場面もあると考えていた。しかし、今は教育相談と生徒指導は一体であり、日々の教育相談の実践が生徒指導につながると確信した。今後は、私が研究で学んだことを勤務校の教師と共に実践していきたい。さらに、他校の教師にも伝えていくことで、生徒や学校が変わっていくきっかけになればと思っている。

最後になりましたが、この研究の機会を与えてくださいましたことに感謝するとともに、ご指導ご助言いただきました川崎市総合教育センターの方々、及び勤務校の校長先生はじめ職員のみなさまに心よりお礼を申し上げます。

【参考文献】

- | | |
|--|-------|
| 犬塚 文雄『子どもたちの生きる力を育む 教育カウンセリング』福音社 | 2000年 |
| 栗原 慎二『新しい学校教育相談の在り方と進め方』ほんの森出版 ¹⁾ | 2008年 |
| 『生徒指導提要』文部科学省 | 2010年 |

【指導助言者】

川崎市総合教育センター指導主事	新井 紀代美
-----------------	--------