

学校における教育相談の在り方

－問題行動を未然に防ぎ、生徒の成長を積極的に支援する教育相談－

カウンセラー研究員 中川 薫（川崎市立野川中学校）

I 主題設定の理由

学校における生徒指導上の問題は多岐にわたっている。日常の生徒指導の問題はもとより、不登校生徒への対応、およびいじめや暴力行為などは依然として深刻な状況である。また、児童虐待や犯罪被害の増加など、新たな問題も生まれている。さらに、インターネットや携帯電話などに象徴される高度情報化社会の中での青少年の育ちや生き方にも目を向けた指導が必要になっている。

このように生徒指導上の問題が多様化していることは、生徒の成長を取り巻く環境や生徒自身が抱えている課題が、複雑化していることと関係しているのではないかと考えられる。未来に対してなかなか希望や夢をもちにくく、閉塞的な空気が広がる社会で、子どもたちは内面に「ストレス」を抱え込みやすく、なおかつその「ストレス」に対して適切に対処できていないことが、様々な問題行動を引き起こす一因となっていると考えられる。また、児童生徒の「規範意識の低下」「自尊感情の低さ」「人間関係の希薄さ」など、問題行動の要因は多く挙げられているが、学校でもこれらの課題が顕著に表れているように感じている。このような背景から、生徒が抱える問題を理解し、その解決を図ることは学校にとって喫緊の課題である。そのためには生徒の様子を観察し、時宜に適切な援助や支援をしなければならない。援助や支援を行う上で最も重要なことは、生徒との信頼関係であると考えられる。しかし、学校で行ったアンケート結果より、小学校段階から教師の願いどおりには子どもとの信頼関係が築けていないことがわかった。

このような状況を変えるため、積極的に関係づくりを試みなければならない。生徒が心を開いて教師と語りあえるような関係があつてこそ、教師からの支援が成立するのではないかと考えられる。そのような信頼関係を構築するためには、温かみのある教育相談的なかかわりが不可欠であると考えられる。また、生徒の抱えている問題の解決や、問題行動を未然に防ぎ、望ましい成長を支援するためには、積極的に教育相談を活用することが大切であると考えられる。以上のような理由から上記の研究主題を設定した。

II 研究の内容

1 積極的に教育相談を進めるために

中学校学習指導要領解説特別活動編では、教育相談とは「一人一人の生徒の教育上の問題について、その望ましい在り方を助言する」とあり、その方法としては「1対1の相談活動に限定することなく、すべての教師が生徒に接するあらゆる機会をとらえ、あらゆる教育活動の実践に生かし、教育相談的な配慮をすること」と記されている。また、生徒指導提要では、「それぞれの生徒の発達に即して、好ましい人間関係を育て、生活によく適応させ、自己理解を深めさせ、人格の成長への援助を図るもの」と示している。これらのことから、教育相談を「教育相談的なかかわりを通じて、一人一人の生徒の成長を目指して、積極的に助言・援助・支援すること」、教育相談的なかかわりを「生徒の心に寄り添う、一人一人の生徒を大切にすること」とし、研究を進めた。

(1) 教育相談を進めるための教師の在り方

教育相談センターにおいて児童生徒一人一人を大切にすることの姿勢は、学校で教育相談を進める教師の学

ぶべき姿であると感じた。この姿勢を学校での教師の在り方として考えたい。

学校で教育相談を進めるために教師は、多角的に生徒を理解するように努め、その生徒の社会的資質や行動力を高める支援を図る。また、生徒に関する情報は多くの教師と共有し、指導の方向性を確認しながら支援にあたる。内面や状況を理解しようとしている教師の言葉は、生徒に安心感や信頼感を与えるからである。さらに、必要に応じて他の教師やスクールカウンセラー、保護者、関係諸機関の援助を具体的に考えコーディネートする力も必要だと考える。

教師にとって最も大切なことは、心に届くかわりを普段から心掛けることではないか。教師の思いをどう生徒が受け止めるかは、普段の信頼関係が基盤になると考えられるからである。生徒が「自分は大切にされている」と感じることができると肝要であると考えられる。

(2) 問題行動を未然に防ぐ教育相談の機能

問題行動や非行を起こす生徒の心理的な特徴を「欲求不満耐性の低さ」「攻撃性の抑制力欠如」「依存性表現の未熟さ」「共感性の欠如」「規範意識や道徳性の未発達」「目標の喪失」と廣井(2003)は記している。このような心理的な特徴に対応して、個々の生徒に教育相談を行うことはもちろん大切であるが、学校として教育課程の中に、すべての生徒を対象とした教育相談を積極的に展開して、社会性を育てていく必要があると考える。

表 教育相談の機能による分類 (生徒指導提要より作成)

教育相談	対象とする生徒	目的・内容
開発的 教育相談	すべての生徒	個性を伸ばす・社会性を 育てる・自己実現を図る等
予防的 教育相談	問題が予想される すべての生徒・個人	問題の早期発見・早期解決
問題解決的 教育相談	特別な援助が 必要な個人	不登校・いじめ・非行等に 対する特別な援助

生徒指導提要では表のように教育相談をその機能により分類している。問題解決的教育相談は問題が顕在化した個々の生徒に対して行われる教育相談であるが、開発的および予防的教育相談は問題行動が表面化する以前に、学校から先手の打てる教育相談とすることができる。

学校は日頃の行動観察や質問紙調査等を通して、生徒が必要とする援助・支援を具体的にとらえ、それに有効な手立てを、様々な教育活動に積極的に取り入れるべきではないか。今後、積極的に開発的・予防的教育相談を活用し、その成果や効用を検討しあう必要があると考える。

2 研究を通して学び、実践していること

教育相談センターにおいて多くの研修を経験し、学ぶことができた。また、多くの文献からカウンセリングに関する技法を学んだ。日常の生徒とのかかわりに関連しながらそれらの意義を考察したい。

(1) カウンセリング技法

「話を聴く」ことに関する研修を多く受けた。センターでの講座では、実際に自分が相手の話をどのように聴いているのか録音し、振り返りを行った。また、実際にカウンセリングを行う「カウンセリング演習」にも参加し、専門的な技術を教えていただいた。カール・ロジャースのカウンセリングの三条件、「受容」「共感」「自己一致(純粋性)」についても学んだ。相談者の心に寄り添うように傾聴することの大切さや、目線や聴く姿勢など、非言語(ノンバーバル)コミュニケーションの重要性も知ることができた。この「話の聴き方」が教育相談の考え方の基本にあり、「教育相談的なかわり」を進める上で、欠かすことができないものであると実感した。

カウンセリング技法の研修の中で最も印象に残ったことは、自分の話を本気で聴いてもらった時の心地よさであった。逆に上手に聴いてもらえないとストレスになり、その人には話をしたくなくなることも感じた。この経験を生かして生徒の話はしっかり傾聴しようと心掛けている。授業中に、突然教室か

ら飛び出て、壁やドアをたたき始めた生徒を落ち着かせて、個室に入り理由を聞くと、はじめは教科担当の先生が悪いとの一点張りだったが、時間をかけしっかり耳を傾け話を聴いていると、自分の家庭内の悩みを話し始めた。その後、「先生に謝ってくる」と部屋を出て行った。このことから生徒の話に傾聴し、安心して自分の気持ちを教師に語ることができる学校の雰囲気を一層作っていきたく感じた。

(2) 新たな気づきを学ぶ体験的プログラム

8月に行われた教育相談宿泊研修では体験的プログラムの効果が印象に残った。初対面のグループのため、はじめは緊張し、不安な気持であったが、アイスブレイキングや様々なエクササイズを行うことで、自分の気持ちが徐々に心地よいものに変わった。この変容はグループのメンバーに自分をしっかりと受け止めてもらえ、ありのままの自分を出せたからである。この「自分が受容されることで、人を信頼する気持ちが強くなる」という体験的プログラムの効果は、教師と生徒との関係づくり、そして生徒同士のリレーションづくりに有効であると感じた。さらに、エクササイズを通して、新たな自己発見や他者理解を深めることもできた。このように、構成的グループエンカウンターをはじめとする体験的プログラムは自分の価値観を高めながら、他者と認め合える環境を作り出すのに、とても効果的な手立てであることを学んだ。一方、エクササイズの選び方や進め方によっては逆効果になり、参加者を傷つけることがあることも学んだ。学校で、3年生の自尊感情を高めるために、「リフレーミング」などのエクササイズを行った。「自分にも長所がある」と言って笑顔を見せる生徒が多くいた。その後、学級の雰囲気も和やかになっていた。

また、ロールプレイからも新たな気づきが得られた。授業中に暴言を吐き教室を出ていく生徒を止める教師役を演じた。学校では同様の場面で、生徒の暴言に反応してしまうことが多いのだが、ロールプレイでは冷静に生徒の様子が観察でき、この場面では怒らずに心配していることを伝えるべきだと感じることができた。また、生徒役の先生からは、教室から出ようとするときに教師から声をかけられることで、自分が疎外されていないことを感じられたと伺い、私の言葉に反発しているだけではないことを知ることができた。生徒にとってもロールプレイは他者の気持ちを考える良い機会になると考え、学校でのリーダー講習会で、話し合い活動を場面としたロールプレイを行ってみた。生徒からは、「おしゃべりしている子も本当は話し合いに参加したいと思っている」「先生の叱る気持ちがよくわかった」という感想が出た。今後、体験的プログラムを積極的に教育相談に取り入れたい。

(3) 解決方法を見出させるブリーフセラピー

ブリーフセラピーとは、問題の原因やその分析に焦点をあてるのではなく、現状を改善する方向へ焦点を当て、早期（ブリーフ）解決を目的とする考え方で行うカウンセリングである。生徒と一緒に短期的な目標を設定し、具体的な第一歩を踏み出させる点で、学校では有効と考え、いくつかの場面で活用してみた。部活動での人間関係を悩んでいる生徒には、スケーリング・クエスチョンを用いて、場面ごとの辛さを数値化させ、上手に付き合えているときもあることに気付かせた。関係が良好になるためにできることを一緒に考えると「また、がんばってみます」と前向きな発言をした。また、授業離脱をしている女子に「二十歳の時にはどうなっていたい？」とタイムマシーン・クエスチョンと呼ばれる質問をした。「素敵な人と結婚して、子供が一人いてほしい」と彼女は答えた。彼女の夢に共感し、その夢に向かう短期目標を考えさせるために、「そのために今できることは何かな？」と尋ねると、「授業に出ることってわかっているんだけどねえ」と照れ笑いを私に見せた。

(4) 教育相談的なかわりに不可欠なアンガー・マネジメント

教師は、生徒が自分の指示通りに行動しないとき、その生徒に対して、怒りにまかせ大きな声を出したり、温かみの感じられない言葉を投げかけることがある。そのような教師の対応が原因でさらに問題

が大きくなり、教師と生徒の信頼関係が崩れることもある。このことから教師が自分に発生した怒りをコントロールすることは、生徒とのかかわりにおいて非常に重要であると考えた。

「人は出来事に対して、自分のコアビリーフ（判断基準）に照らし合わせて、意味付けをして感情が生まれる」「コアビリーフが現実的なものでなく、周りの人に受け入れられないとき、人は怒りが生じる」と安藤(2008)は記している。石隈(1999)は教師の持ちやすいコアビリーフを「自分は立派な教育活動を行うべきである。自分の教育活動は自分の思い通りになるべきである。そして子どもは自分の思い通りになるべきである」とあげ、「実際には子どもは思い通りにならないので、子どもと自分への怒りが生じる」と論じている。いったん怒りが生じると教育相談的なかかわりはできなくなる。教師は自分の怒りが生まれる構造を理解し、自分の感情の変化を敏感に感じながら生徒と対応しなければならないと考える。

3 日常の場面での教育相談的なかかわり

(1) 登校時のあいさつに込めたメッセージ

あいさつは、教師側から自然と生徒に話しかけられる有効な手段である。私は、毎日校門に立ち生徒にあいさつをしている。初めは遅刻や制服の着こなしを意識してしまっていたが、今は生徒を温かく迎えることを第一に考えている。生徒は家庭で様々なストレスを溜めているかもしれない。学校での人間関係に苦慮しているかもしれない。「今日もよく来たね」という気持ちで生徒を迎えることが、彼らが前向きに一日を過ごすための原動力になればと思っている。遅刻が多く、声をかけても全く反応のなかった生徒が、ある日「今日は間に合ったね」と声をかけると頷いた。今では毎日会釈をするようになった。

(2) 授業における教育相談的なかかわり

「現在抱えている悩みや不安は何ですか」というアンケートに対する回答の大半は、学習に関することであった。非行や不登校のきっかけとしても学習への不安が大きな割合を示している。したがって、授業中に感じ取った生徒の心情に寄り添い、積極的に教師から働きかけることが重要である。わかりやすく、興味を持てる授業を行うことはもちろんのこと、個に応じて学習の仕方を支援するガイダンス機能を持った相談活動も必要であると感じている。授業中に何もせずに寝てしまう生徒の「全然わからない」という声に寄り添い、受験までの学習計画を一緒に立てた。私の作った学習冊子に恥ずかしそうに名前を書きながら「こんなの作ってくれたんなら、ちょっとずつやってみるよ」と応えてくれた。

また、流山市立常磐松中学校で「学びの共同体」の研究発表を参観した。これは、グループ学習を全ての授業に取り入れ、そのことによって学習効率をあげようという取り組みである。実際に参観すると、グループ学習は学習効率に留まらず、人間関係の育成にも役立っていることが感じられた。現在、授業の中で小グループを作り、一緒に問題を解く時間を設けている。「わからないときに、すぐに友達に質問ができる」と好意的に受け取る生徒が多い。

(3) 生徒に安心感を与える休憩時間の教師の在り方

生徒間暴力や器物破損、いじめなどは教師の目の届かない場所で起きることが多い。生徒の中には、一部の生徒の自己中心的な行動におびえていたり、友達の輪に入っていけず、孤独に耐えている生徒もいる。休息時間に教師が教室や廊下にいることで、居場所を見出せない生徒の心の拠りどころになることができると感じている。また、仕事を頼んだり、世間話をすることによって、その生徒の孤独な気持ちを和らげることもできると実感した。効率よく時間を作り、下校時刻までは可能な限りパソコンの前から離れ、清掃用具を片手に校内を清掃しながら巡回し、サーチライト的な役割を果したいと思う。

(4) 授業離脱・徘徊する生徒に対してのかかわり

授業に参加せずに廊下や昇降口などに集まっている生徒もいる。学校では授業離脱は決して認めるわ

けにはいかない行為である。しかし、生徒を頭から責め、彼らにレッテルを貼るような態度をとることは、彼らを教室復帰させるどころか、さらに大きな問題行動を引き起こす原因を作り出してしまうかもしれない。言動や服装の見かけに過剰に反応せず、彼らの言い分に耳を傾ける。その上で生徒を励まし、授業に出て自分を大切にしてほしいと伝えている。「また来たのかよ、先生暇だね」という反応も返ってくるようになってきた。時には、授業に出ていないことを叱るばかりでなく、授業に出られない心情に寄り添いながら、人間関係を構築していく場としてとらえ、かかわっていくことも大事である。

(5) 保護者との関係づくり

保護者を生徒指導における教師の最大の協力者・リソースであると考え、積極的に保護者に連絡をしている。問題があった場合だけでなく、生徒の頑張りなど保護者にとって喜ばしい出来事もできるだけ早く伝えている。問題を伝える場合にも、保護者の気持ちに寄り添いながら説明をしている。

教育相談センターで電話相談員の先生から、「学校で感じていた以上に、保護者は子育てに悩みを持っていて、その悩みを打ち明け、相談する相手も少ないのではないか」という貴重な話を聴かせていただいた。学校で保護者と向かい合う時に、留意しながら対応している。

(6) 心を安らげる保健室の機能

一時間保健室で過ごし、また教室へと戻っていく生徒がいる。その生徒にとって保健室は心にパワーを溜める心の基地となっているように思える。教育相談センターで臨床心理士の方から、「不登校になる生徒には、学校に行けなくなる前に、一時的に避難できる安心できる場所が学校内にあるとよい」と教えていただいた。学校では保健室がその役割を担っている。好きなだけ在室していいのではなく、一時間という時間の枠組みを設けている。自分の気持ちを養護教諭に語る生徒もいれば、黙って自習していく生徒もいる。養護教諭はかかわりの中で気付いたことを担任に連絡し、連携を図っている。

(7) 定期的な個別教育相談の活用

担任と生徒が1対1で話し合いを行う教師相談週間を設けている。実施の前に個別にアンケートを取り、本人の困り感や、いじめの有無などを確認している。「今までに自分から教師に相談したことがありますか」というアンケートに対して、「はい」と回答した生徒はわずか37%であり、相談しない理由には「先生に話しても解決しない」「余計に大きな問題になる」「先生は信頼できない」などの辛辣なものもあった。このことから、夏休み後の教育相談週間では「教師との関係づくり」を実施目的に入れて行った。「普段あまり話ができなかった生徒が“もう、終わりなの、先生また話を聞いてね”と言ってよかった」という教師からの感想が聞けた。このような機会を活用し、教育相談を充実させていくことが大切であると考える。

(8) 自尊感情を高める部活動でのかかわり

「先生から言われて自信になったこと・うれしかったこと」というアンケートの答えで最も多かったのが、部活動の中で顧問からほめられたり、励まされたりしたことであった。このことから部活動は生徒の自尊感情を高めるファクターを持つ教育活動と解釈できる。部活動の中では、生徒の努力・創意工夫・責任感・協調性などが表れやすいように思える。そこで、プラスの評価をすることを心がけ、生徒の頑張りや努力に寄り添っていくように努めると、生徒に自信を与え、さらに生徒が成長していくという良い循環作用を生み出せると考える。

(9) お互いを認め合う教師集団の構築

教師の思惑通りに生徒指導を進めることは難しい。だからこそ、自分の抱える悩みや弱さを素直に相談し合える環境が大切と考える。お互いの頑張りや価値を認め合いながら切磋琢磨する集団を目指している。

Ⅲ 研究のまとめ

1 自分自身の在り方

この1年間、教育相談にかかわる様々な研修や文献から私自身の生徒とのかかわり方を振り返ることができた。これまでは、「生徒はこうあるべきである」という自分の考えに基づいた指導や助言が多かったように思う。しかし、研究や研修を経て、生徒を深く理解し、その生徒の置かれている状況や社会性の育ち具合を把握し、生徒の心に届く言葉でかかわっていくことが大切であるとあらためて感じた。

2 今後の課題

「非行は悲行」。犬塚(2000)の言葉である。教師にとって問題行動を起こす生徒の対応はとても難しい。しかし、最大の犠牲者は問題行動を起こしている生徒自身であると考え、かかわっていくことが大切である。なぜならば、生徒たちは様々な要因によって問題行動をせざるを得ない場合もあるからである。その要因を理解し、取り除いていくための手立てを考えることが学校には求められると考える。問題行動を未然に防ぐためには、社会性を育て、自己理解や他者理解を深める体験的プログラムを用いた開発的・予防的教育相談を学校に定着させることが重要であると考え。そのためには、実践を重ね精査していく必要があるだろう。その際、小中で連携して考察すると、さらに意義あるものになると考える。

また、教師はいじめなど他者を傷つける行為や法にかかわることに関しては、毅然とした対応で臨み、社会では決して許されない行為だということを示していかなければならない。このような学校の姿勢が問題行動の抑止につながるとともに、生徒にとって本当の意味での安心できる環境を作れるからである。

生徒の話や考え方を受容し、共感することはとても重要である。併せて、間違っただけの考え方や行動についても指導していくことが大切である。教育相談を通して生徒の成長を願うときはもちろんのこと、あらゆる教育活動の中で、生徒が「自分が大切にされている」と感じることができるかかわりを大切にしていきたい。

最後になりましたが、この研究の機会を与えていただいたことに感謝するとともに、ご指導・ご助言をいただきました川崎市総合教育センターのみなさま、在籍校の校長先生をはじめ学校職員のみなさまに心より感謝し、お礼を申し上げます。

【参考文献】

石隈利紀『学校心理学』誠信書房	1999年
犬塚文雄『教育カウンセリング』福音社	2000年
國分康孝・國分久子監修『非行・反社会的な問題行動』図書文化	2003年
森俊夫『やさしいブリーフセラピー』ほんの森出版	2008年
安藤俊介『アンダー・マネジメント』大和出版	2008年
岡田守安監修『教師のための学校教育相談学』ナカニシヤ出版	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	鈴木 廣和
-----------------	-------