

一人一人を大切にせる教育相談の可能性

—教育相談の持つ多様な教育効果の一考察—

カウンセラー研究員 高宮 悟 (川崎市立東高津中学校)

I 主題設定の理由

価値観が多様化された現代社会で、子どもたちの生活は大きく変化しつつある。ストレスの多い、希望のもちにくい閉塞的な空気が社会に広がり、子どもの考え方や育ちに影響を与えているように感じる。「キャリア教育」「人権尊重教育」「いのちの教育」「情報モラル教育」「特別支援教育」などの必要性は、子どもたちのおかれた現在の状況から必然的に高まってきたものといえよう。社会から学校教育に期待されているものも拡大し続けているように思われる。教師には教科指導はもちろんのこと、児童生徒指導に至るまで、いわば万能といった指導力が求められている。

学校生活を見てみると子どもの中には集団生活で不適應をおこす、自尊感情がもてない、携帯やメールへの依存、ランチメイト症候群といった行動が見られるようになった。その根底には、本人の資質だけではなく、取り巻く周囲の状況やそこから派生した精神的な成長不全から起こる場合も多いと考えられる。私たちはこのような状態に適切に対応しなければならない。そのためには日頃の子どもの様子を観察することや、関係づくり及び接し方に配慮することこそが重要になると考える。子どもたちの心の変化は、身なりや言動に表れる場合が多い。私たちはいかに早くその信号を受け止め、対応するかが肝要である。教育相談は機能的にみると、身体的にも精神的にも健全な生徒に対して、より健全な育成をめざすカウンセリングと、心の問題をもつ生徒に対して、その解決の援助をめざすカウンセリングとがある。支援すべき段階に至る前にはどのような防止策が必要なのか、また、支援の段階にあつてはどのような手法があるのか、それらを教育相談的な立場で考察してみたいと思い本主題を設定した。

II 研究の内容

1 事例を通して

本研究では自分が過去に取り組んだ事例を振り返りながら、個人や集団に対してどのような取組が有効であったのか、また効果的だと考えられるかをカウンセラー研究員として得た見方や考え方、手法を基に再考してみたい。そして、教育相談のもつ多様な教育効果についてまとめていきたい。

◇できごと「級友に注意できないAさん」

Aさんは中学3年の女子である。授業中に実施した小テストの欄外に、「となりのBさんが、授業中関係ない話をします。もっと静かにしてほしいです。」と書いてきた。Aさんは勉強に真面目に取り組んでいる生徒である。Bさんも学習意欲はあるが、時々、関係のない質問をすることがある。しかし、Bさんは明るい性格の男子で、Aさんの思いを伝えにくい相手ではないように思われた。教師は、もしもBさんが今後も同じような行為を繰り返すならば注意しようと考えたが、Aさんへの返事として、「私も気をつけますが、Aさんも気になったらBさんに注意してくださいね。」と書いた。教師はAさんとBさんの関係であれば、二人の間で注意し改善できると判断しての言葉かけだった。

しかしAさんはこのことがきっかけになったのか、この後しばらくして欠席が続くようになった。そして、Aさんの欠席はしばらく続いてしまった。状況が深刻化する前にAさんのサインをしっかり

受けとめること、クラスの状況を捉えながら集団に対して相互理解を促進させる方法があったのではないか。また、集団としての受容性を高め、もっと人間関係能力を向上させていく手立てがあったのではないか、という反省が残る。

◇考察「Aさんはなぜ注意できないのか」

今回の事例で、AさんがBさんに、なぜ直接自分の思いを伝えられないのだろうか。その理由となることを考えつつ、この事例について振り返ってみた。

①Aさんが必要以上に話しづらさを感じてしまう原因が、Aさんの中に潜在している。

(過去の交友上のトラブル、自分自身の抱える問題)

②Bさんのことを話題にすることで教師との関係性を構築しようとしている。

③Aさんが学習に取り組む上で、困難さを感じている。

(授業の進め方の問題、Aさんの抱える課題)

さらに、見方を広げて考えると、次のようなことも想定される。

④Aさんの人間関係能力が十分に育っていない。

⑤Bさんの人間関係能力が十分に育っていない。

⑥Aさんに気楽に話せるような雰囲気が集団に育っていない。

上記の①～③は、教師が、働きかけと観察の中から具体的に支援を行う必要があると思われる個人的な課題。そして、④～⑥はAさん自身とAさんの所属する学級集団の一人一人に関連する課題であると考えた。

◇取組

(1) 教育相談週間を通して

教育相談週間を利用してAさんと面談を行い、担任が確認した内容は次のとおりである。

○AさんはBさんだけに言いづらさを感じているのではなく、全体に対しても本音を言うことがなかなかできない。表面的な付き合い方となることが多い。

○Aさんは学習に対して努力しており家庭学習も熱心に行っているが、成果が上がらないことにあせりを感じている。特に、試験では複数の教科が平均点を下回ってしまい、そのことで、周囲にからかわれるのではないかと気にしている。

○女子の中に友達はあるが、自分の困っていることを打ち明けて相談する程の積極性はない。友達の相談を聞いていることのほうが多い。

○昨年、病気のために長期に渡って学校を欠席したことによる学習の遅れが不安で、現在の体力にも自信がもてない状態である。

○妹と母が家の中でいつも衝突し、Aさんはその間に入って気を遣うことが多く、家でなかなかくつろげない生活が続いている。

このようにAさんは学習に不安を抱えており、そのことがAさんの自己肯定感や友達へのかかわり方に影響している。また、Aさんの不安は、周りの友達や家族からなかなか理解されておらず、Aさんは孤独を深めていることがわかった。

(2) Aさん個人に対しての取組

担任は、Aさんの学習への取組を、これまでとは違った視点で観察・支援することにした。また、

他教科の教師にAさんの状況を伝え、授業での観察を依頼した。さらにAさんの人間関係能力を高めるために、定期的に次のような声かけを行った。

- ・学級の仲間は、人柄に好感を持っていること、また、真面目で優しいととらえていること。
- ・相談にはいつでものること、話しやすい先生に気軽に声をかけてもかまわないこと。
- ・「友達をつくらなければ」と焦ることなく「一人でいる自分を大切にすること」も大事にすること。
- ・学習はコツコツと努力すれば必ず成果があらわれること。

自己肯定感と所属感が希薄だと、自分に自信がもてず、集団とともに行動することが疎遠になる。肯定感を高めるために日常の学校生活の中で、小さなことでも、できたことは褒める言葉がけを積極的に行った。提出されたプリントに返信として書く「メッセージ」が有効な場合も多かった。

(3) 学級集団へのかかわりに着目した取組

担任は、常に一人一人の人間関係能力が向上してほしいという願いをもっている、また、互いが理解しようと努力し受容性の高い集団になってほしいという願いがある。それに基づいて次のような取組を行った。

①関係性を高める学級運営

自分のネガティブな考え方や「思い込み」に気づき、考え方を改めて「自分のよいところ」を探すというワークがある。Aさんのことを念頭に置きながら、学級活動で「Xさんへの手紙」を実施した。これは名前を書いたカードを配り、その人のよいところを記入するものである。担任が実施した際には、Aさんに対して「いつも相談にのってくれてありがとう。」「他の人の面倒なこともいやがらず頑張っていますね。」「あんまり話したことないけど、いつも頑張っていると思う。」というような内容の3通の手紙を学級の仲間からもらって、とても嬉しそうだった。他の人への手紙に対しても、一生懸命に言葉を考えている姿が印象的だった。

②所属感を高める学級運営

学級の掲示物に個人の名前が入るものを追加して作る、学級活動に小集団による話し合い活動を多く取り入れる（教科担任にもお願いして同様な学習形態を多くとってもらった。）欠席者への配布物ホルダーを用意し、所属感を高めるなどの取組を行った。

(4) 教師の意識とサインに気づく目

今回取り上げた事例は、普段見過ごされてしまうような事例である。AさんもBさんも、学校生活や授業に真面目に取り組んでおり、本人の悩みを、悩みとして察することが難しい面がある。Aさんは、成績をあげようと努力を続けていた。成績も、特に大きな不振があるわけではない。しかし、本人はもっと上位の成績を望んでいた。平均点以下の点数を取ることは、本人にとっては屈辱的であり、努力してもすぐに成果が出ない自分に自信をもちきれないでいた。そして、そのことを気軽に相談できる相手がいなかったようである。

担任は、本人の真面目さ、手を抜かず努力する姿勢を評価しており、本人が思い悩んでいるところまではなかなか思い至らなかった。むしろ日頃気になっていたのは、過去長期の病欠のあるAさんのその後の体調の回復状況であり、今後学校を長期に渡って休むようなことのないように願っていた。そのような状態に陥らなければ努力家のAさんは、成績がもっと上がるであろうと考えていた。

この事例を振り返った時、教師の思い込みと子どもの思いにはズレがあることに気がつく。それはいつでもありえることである。だからこそ、変化する子どもの思いを理解することに努めなければならない。ややもすると問題行動ばかりに目が向けられがちだが、日常の何気ない会話や言動から生徒が送るサインに気づく目が必要である。

2 本研究を通して

今年度、教育相談の各研修会に参加し、個へのかかわりを大切にしながら、質の高い集団を育成する手立て等について学ぶ機会を得ることができた。Aさんの事例を顧みても効果的で有効なものであると感じた。

(1) Q - U学級満足度調査

「いごちのいいクラスにするためのアンケート」を基にして、子どもの内面を座標化し、担任との情報を合わせながら、学級集団の状態を把握する。一人一人の状況についてとらえ、現状を改善することができる。担任としてどのようにクラスにかかわっているのかなど、教師が意識していない部分が明らかになり、クラスの子どもたちの意外な状況を発見することができる。結果を基にして、教師が違った角度で、子どもたち一人一人について見つめ直し、かかわり方を考える貴重な資料となる。

(2) 人間関係能力を育てるグループワークトレーニング

リレーションを深め、よりよい学級集団づくりを進めるために、グループワークトレーニング（以下「G. W. T」）はたいへん有効な手立てとなる。アイスブレイキングによって円滑性、活動性を促進し、エクササイズによって心を揺さぶり、行動のスキルを学ばせ、振り返りによって価値や気づきを促す。

(3) 受容性の高い集団・相互理解の姿勢を涵養する取組

構造化された中でねらいをもって行われるG. W. Tだけでなく、授業や学校生活の中で、相互理解を促進し、受容性の高い集団をめざした教育活動を意識して取り入れる。学校行事では、集団としての達成感を得られるものが多いが、順位など結果を伴うものが多くトラブルも伴う。従って、全体のスケジュールの中で行われる学校行事ではなく、普段の取組から、相互理解を促進する活動を入れていく。例えば、小グループによる学習活動を行い、集団への所属感を深めるようにしていくこと、グループの固定化・孤立化を予防しながら、集団になじめない子どもの状況を配慮しながら班編成を工夫すること、班員が交流しやすい活動をこまめに取り入れていくことなどは、集団に働きかけることのできる教育相談的なねらいをもった活動といえるであろう。

(4) 教育相談宿泊研修会

8月行われた教育相談研修会では、「聴く」ということの意味を、原点から考える機会となった。忙しさの中で、聞いているつもりでいかに聴いていないかということ、聴いてもらえることの喜び、優れた聴き手によって自分の考え方が変わっていくことなど改めて「聴く」ことの大切さを理解することができた。また、G. W. Tやロールプレイによって、自分自身の身体感覚や心の動きに気づくという貴重な経験もした。その中で起こっている感覚や感情の変化を自分自身経験したことにより、子ども一人一人のおかれた立場や背景を理解しなければ、指導はうわべだけのものになるのだということを感じた。G. W. Tは関係性を促進し仲間づくりを進める上でたいへん有効な手立てであるが、行うグループの成長段階やメンバーの事情を考慮しなければ意味を成さないことも学んだ。また、振り返りにもしっかり時間をとって行うことの大切さも理解することができた。

宿泊研修のメンバーはこのとき限りの、お互いに尊重し合うグループである。その中で自分が受容され、価値が認められる温かい経験は忘れがたいものであり、人を信じる力がわいてくる経験だった。教育相談研修会でのグループのメンバーは小学校・中学校の教員男女10人であったが、私自身全員が初対面の先生方だった。最初は、動揺や恥じらいといったものがあつたが、この状況は子どもに置き換えて考えることができる。一人一人の子どもの言葉に傾聴し、見方や考えを受け入れ、そして多くの時間を共にすることにより、自分を自由に表現できる雰囲気になり心を開くのだと感じた。

(5) ブリーフセラピーについて

「解決志向ブリーフセラピー」とは、相談者の過去の要因にさかのぼって解決の道筋を探るのではなく、現時点での問題点に関して相談者自身が客観的にとらえ、短期的な目標を設定させる中で自ら解決させようとする教育相談活動である。比較的短い時間でも有効であり、時間を割くことが難しい学校現場では、事情にかなったものであると感じた。面談のテーマが絞りやすく、変化に気づきやすい点でも、学校現場で取り入れやすいと思う。

(6) 教育相談センターの活動について

心理臨床相談員の方々の話によると、来談者の表情や態度、姿勢や言葉のやり取りなど、様々な情報に対して、まず肯定的にとらえる。子どもや保護者が「受け入れられている」と感じられることが重要とのことである。限られた相談時間の中で、来談者の言葉をありのまま受け止め、来談者自身の気づきを促す。表情がこわばり、活動力が弱くなっている子どもが、安堵の表情を浮かべ、縛りから解き放たれたような感覚を取り戻す姿を想像することができる。

教育相談とは、症状の原因を分析・解明して、それを説明して伝えるという治療ではなく、来談者が自分の力で歩むための伴走者のようなものであるということが理解される。来談者が、内外からの重圧によって活力が奪われていることや、模索しながらも見つけることができない道を、自分の力で見つけられるように、援助するかかわりである。教師として子どもとかかわるときに、子どもの話を聴くということ、言葉にならない言葉を含めて聴くという、「理解」の姿勢について、もう一度問い直したいと思った。そして、アドバイスを与えればそれだけで相談に答えたと考えがちなのだが、子どもたち自身に答えを見つけ出させることの意味について捉え直したいと思った。

Ⅲ 研究のまとめ

1 自分自身の在り方と、教師間の連携

今回の事例は、自分自身が振り返って見た中でうまくいかなかった事例である。本人に対してもっとできたことがあったのではないか、学級集団に対してもっとこ入れすることがあったのではないかという自戒の事例でもある。そして、研究を終えようとしている今、改めて見えてきたものがあるので記しておきたい。

研究や様々な研修を経て、教育相談が教師にとってはまず生徒理解に基づくかかわりであることを学んだ。生徒指導を行うとき、教師の願いは、子どもたちの人間的な成長にあるだろう。例えば、協力的でない自己中心的な考え方や行動をとる子どもがいた場合、頭ごなしに「協力しなさい！」と指導するのではなく、その子どもの置かれている状況や社会性の育ち具合を理解し、届く言葉や働きかけを考えながらかかわる。こうしたかかわりが教育相談にとって最も中核を占める部分なのであろう。理解が深まれば、指導の仕方や支援の方向性も見えてくるのではないだろうか。

また、生徒の支援を一緒に行うチームとして、情報を共有し、指導の方向性を確認しながら支援にあたる方策も理解できた。子どもたちの内面や状況を知らないで言葉がけをするのと、知っていて言葉がけるのとでは大きな違いがあるし、当然言葉自体にも違いがある。問題を抱えた子どもたちの情報を、多くの教員で共有することは大切なことである。

2 今後の課題

子どもたちに年齢に応じた社会性が育っていなかったり、自尊感情が持てないでいたりする場合に、いわゆる問題行動が発生しがちである。学校においては、問題行動発生時の対応も大切だが、それを未然に防ぐ手立てこそが重要である。そのためには、普段から子どもたちとのかかわりを大切にし、

小さな変化にも気づく姿勢を持つことが必要である。そしてこの姿勢を持ちつつカウンセラー研究で学んだことを具現化していきたい。

普通の会話や対話の中に目標値を設定させるブリーフセラピーなども有効であるとする。また、現状を定期的に分析するQ-U調査の活用や「かわさき共生＊共育プログラム」の効果測定も有効であるとする。実態を分析し、どのような手立てを講じていくかをその都度考えて実践していくことは大切で、その手法として今回研究で得たG. W. Tや構成的グループエンカウンター、様々なエクササイズを活用していきたい。また、来年度から川崎市では「かわさき共生＊共育プログラム」の実践に、各学校が一斉に取り組むこととなる。効果測定をしながら成果を確認できる点では、期待が大きい。

「学校に行きたい。」「友達をつくりたい。」「いじめをやめてほしい。」「いざこぎを少なくしたい。」「勉強がわかるようになりたい。」そのように願いながらも困っている子どもがいる。周囲の大人が、子どもの状況を理解し、支援することで、子どもが乗り越える力を身につけていく可能性が広がる。また、未然に防ぐ努力を怠らないことも必要である。

今回の研究で得た教育相談の考え方、手法などは、今後も理解を深めて実践力を養って教育活動に生かしていきたいと考えている。

最後にこのような貴重な研究の機会を与えてくださった勤務校の小山淳一校長先生を始め学校職員の皆様、適切なご指導・ご助言をいただいた川崎総合教育センターの多くの方々に感謝します。

【参考文献】

- | | |
|---|-------|
| 坂野公信監修『協力すれば何かが変わる 続学校グループワークトレーニング』遊戯社 | 1994年 |
| 國分康孝監修『エンカウンターで学級が変わるパート1 小学校編』図書文化社 | 1996年 |
| 森俊夫『やさしいブリーフセラピー』ほんの森出版 | 2000年 |
| 河村茂雄編著『グループ体験によるタイプ別！学級育成プログラム中学校編』図書文化社 | 2001年 |
| 河村茂雄『教師のためのソーシャルスキル』誠信書房 | 2002年 |
| 森俊夫、黒沢幸子『解決志向ブリーフセラピー』ほんの森出版 | 2002年 |
| 市川宏伸『思春期のこころの病気』主婦の友社 | 2002年 |
| ポール・スタラード『認知行動療法ワークブック』金剛出版 | 2006年 |
| 『平成21年度（試行用）教師用指導資料 かわさき共生・共育プログラム』川崎市教育委員会 | 2009年 |

【指導助言者】 川崎市総合教育センター指導主事 松崎哲範