

学校に生かせるカウンセリング

スクールカウンセラーとの連携

カウンセラー研修員 石井なぎさ（川崎市立向丘中学校）

主題設定の理由

今日的な課題と言われている生徒を取り巻く問題は、相変わらず「いじめ」「不登校」「学級崩壊」「暴力行為」と多種多様であり、学校では早期発見・早期対応に努めてはいるが、その対応に苦慮しているのが現状である。

本来、学校とは生徒一人一人が楽しく安全に活動できる場所でなければならない。楽しい学校生活とは、互いに理解し合える仲間がいること、自分が生かされているという場があること、そして諸活動への充実感があることではないだろうか。しかし、友だちと時間を共有することを望んでいる反面、人とのかかわり方が苦手だったり希薄だったりして、相手の気持ちを考えない言動やメールによる中傷、些細な言動から大きなトラブルに発展し、人とのかかわりに対する逃避行動が見られ、あげくは集団生活不適應となるような場合もある。

これらの傾向から、生徒を理解し、よりよい方向に導くためにも、心理の専門家の存在が必要であり、これからの生徒へのかかわりには学校とスクールカウンセラー、そして他の相談機関との連携が不可欠である。学校として、どのように連携していけばよいのか、また教師としてどのように生徒にかかわっていけばよいかがこれからの課題であると考えます。

そのような生徒とのかかわりの中で、教師は当面の問題解決にのみ大きなエネルギーを費やしてはいるだろうか、問題を抱えている生徒や保護者に対して適切な指導や援助・助言が十分できているのだろうかと疑問に思うことがある。そこで、カウンセリングの技法や考え方を習得し、今後の生徒理解、生徒指導に生かしたいと考え、上記のような主題を設定した。

研究の内容

カウンセリングの考え方や技法を学ぶことで、生徒指導担当という立場の自分にとっては新たな発見が多く、また教育相談に対する考え方を見直すよい機会となった。この研修での一番の収穫は、学校と他機関の両方の視点から相談者の問題を探ることができたこと、それぞれの立場や考えを理解することで、今後の課題解決のヒントを得ることができたことである。実際に、川崎市総合教育センター（以下センター）で研修したことを学校で実践しながら振り返ることができ、生徒や保護者への対応及び教師として生徒理解のための方向性を見いだす貴重な時間ともなった。学校における教育相談は、教育の専門家である教師と心理の専門家であるスクールカウンセラーとの連携が必要である。それぞれの専門性を発揮できる環境を整え、連携を進めるための具体的な方策を考えた。

1 生徒理解のために

（１）学校で生かしたいカウンセリングマインド

学校での生徒の様々な問題行動には、やはり早期発見・早期対応が望まれ、直面した問題の解決に優先的に力が注がれる。また、保護者に対しては「今後はこうしてほしい。」と指示的になってしまうケースも少なくない。逆に、保護者から「どうすればいいのでしょうか。」と相談された場合、自分が考える最良のアドバイスを心がけているが、そのことが本人にとって本当に適切な方法であるかどうかと悩むこともある。問題解決に向けては、アドバイスも含め生徒または保護者本人が自分自身で考え、

納得し、行動していかなければならないからだ。

学校生活の間でも、目先のことを意識し生徒の背景にあるものを考えようとしていない場合がある。生徒理解が大切であると言いつつも、本当の意味での生徒理解ができているかは疑問である。教師は管理された授業の中に安心感を見いだしてはいないだろうか。生徒全員が教師の指示に従うことで安心してはいないだろうか。整然とするのが当然だと思込んではいないだろうか。例えば、日常的な生活の中で遅刻や忘れ物が多く、繰り返し指導を受ける生徒には、頭からただ叱ってしまうこともよくある。しかし、生徒によっては家庭内が落ち着かない場合や本人に何らかの悩みがあり、精神的に安定していない状況があるかもしれない。そういった生徒の背景にあるものを理解することが重要であるとする。また、その生徒の背景を理解した上でかわり方を工夫することが、信頼ある人間関係づくりにつながっていくものだと思う。

本校では、委員会の生徒と担当教師が登校時に正門で挨拶運動を行なっている。ほぼ毎日、登校してくる生徒の顔を見ながら「おはよう。」と声かけをする。時には、そこで「今日は、元気ないね。」など、ちょっとした会話もできる。この、日々の生徒とのかかわりが大切なのだと思う。また、体育祭や文化祭をはじめとする行事の活動場面は、生徒とのラポートをとる大きなチャンスでもある。生徒と教師が、日常の学校生活とは違った視点から目標に向かって時間を共有する中で、教師のちょっとした声かけから普段と違った生徒の表情を垣間見ることができる。

このように、問題が発生したときだけ急に人間関係を築くのではなく、普段から互いに気軽に話ができる環境をつくっておけば、問題が発生したときの面談はもちろん、自発的に相談に来ることができる生徒も増えていくのではないだろうか。

また、女性生徒指導担当という自分の特性を生かし、できるだけ多くの母親とラポートをとるよう心がけている。同性という視点から子育ての苦労や仕事との両立等々、理解し合える内容も多く、気軽に話せる人間関係を築けば、学校と家庭との強い協力体制ができ、生徒指導の連携もできる。

(2) 生徒指導と教育相談

生徒指導の目標には、ともすれば目前の問題行動や安全管理等に目を奪われ、生徒指導本来の意義を見失いがちになってしまうことがある。やはり、生徒指導とのかかわりが深いのは「社会的な自立」と考える。既に、放っていても生徒に自然に社会性が身につくという時代ではなくなった。

生徒の社会性の獲得が困難な背景には、価値観の多様化や社会の急激な変化などでしつけの基準が不明瞭になり、地域の崩壊や核家族化・少子化・多忙な大人社会によってきちんと立ち止まってしつける機会が減り、家庭教育の中から社会性としてのしつけが軽視されていることがあるように思う。

そこで、学校における生徒指導の役割は、学校という公的場面（環境）での生活の仕方、授業を受ける態度・言葉遣い・集団生活のマナー、他人への思いやり、問題が生じた時の対処の仕方、公共物の扱い方等を身につけさせることであり、実に幅広くなっている。本来ならば、家庭教育の中で身につけていなければならない基本的な生活習慣までもが、学校で指導しているのが現状である。そうすると、生徒指導には教師の教示・指導といった、時には厳しい方法が必要な場合もある。

これに対して、教育相談は心の解放や充電といったカウンセリング的なはたらきかけをする。生徒の表面的な行動にとらわれず、何故そうしなければならなかったのかを考え背景にあるものを把握し、生徒理解を重視する、いわゆる受容と共感である。

学校における教育相談活動は、教科や生活、行事の中で日頃から指導・支援が必要な生徒について随時かわりをもつてはいるが、実際にクラス一人一人の生徒と向き合う時間を確保するのは困難である。そこで、本校では全校生徒を対象に事前に簡単な生活アンケートを実施し、それを基に教育相

談期間を設けた。この期間は、個人面談のような一定の時間や場所を設定するのではなく、始業前や昼休み、放課後等、生徒の実態に応じて時間や場所を設定し担任が対応する相談期間である。短時間ではあるが、クラス全員との二者面談は学級担任にとっても生徒にとっても大変貴重で有意義な時間だったという感想をもっている。また、互いの距離も近くなったと実感し、その後の人間関係が良好になったというケースも多い。教育相談の必要性は誰もが感じているのである。

教師は、この生徒指導と教育相談の両方をこなさなければならない。生徒指導は反社会的な問題行動を起こす生徒への対応、教育相談は非社会的な生徒への対応と認識をしている教師は残念ながらまだまだ多い。問題行動のみをとらえるのではなく、背景を探ることで個々の生徒を知る。そこから生徒指導の方策を立てていく。中には、軽度発達障害や医療機関への連携を必要とするケースも考えられる。やはり、生徒指導と教育相談は人間関係があってこそ成り立つ対応だと考える。柔軟な教育相談を基盤とした人間関係の上に、生徒指導が成り立っていくのではないだろうか。

2 研修から学んだこと

(1) カウンセリングの考え方

事例会議に参加して感じたことは、まず、種々多様な悩みや心に傷を負った相談者がいかに多いかということである。もっとも多感な時期に様々な背景を背負って生きている健気な姿、子どもたちを取り巻く環境のあまりにも複雑な現状に驚かされ、胸がつまる思いである。

会議では、来談する子どもたちの生育歴や家庭環境など、あらゆる側面から問題点を見つめ、全スタッフが問題解決に向けて真剣に考え、アドバイスしていく。相談内容については子どもの発達やいじめ、不登校、友人関係をはじめ、保護者の子育てに関する悩みも多い。保護者の生育歴や対人関係等が子どもに間接的に影響していることも改めて認識することができた。また、生徒や保護者が学校に対して不信感を抱いているケースが多いこともわかった。何気ない教師の言葉の中に精神的な重圧を感じたり、問題が発生した時の対応が悪く事態を悪化させてしまうケースもあり、学校での生徒への対応を見直す必要性も感じた。反面、過保護や過干渉が要因となり生徒が自立できないケースもあり、個々のケースによって対応の仕方は様々である。事例会議では、スーパーパイザーとして講師を招き、専門的な深い検討が加えられ、対処の仕方、話し方、今後の相談方針等が検討される。ここでは、専門家としての奥深さに感心させられる事柄が多く、大変勉強になった。

学校における相談的会議は、家庭に何らかの問題がありそうだという結論に達しても、それ以上は深く追究できない。また、問題行動を起こした生徒とは、その事象の指摘にだけ発展しがちで、根本的な解決には至っていない場合が多い。教師の生徒とのかかわりには在学という期限があり、専門的な知識や技能は心理臨床相談員にはとても及ばない。しかし、心理臨床相談員に比べ、学校の中では生徒と接している時間が多いので、一人一人の生徒の動向を把握することは可能である。また、一人の教師では把握できない部分は、教科担任や部活動顧問といった複数の教師で補う情報交換も可能であり、多くの目で一人の生徒を見ることができる。

心理臨床相談員は、長期にわたって相談者に応じた方法でゆっくりと時間をかけて接していく。センターでの心理臨床相談員のかかわりが、一人の人間が自立していくための大きな支援となり、将来への生きる力につながり、生徒自身を変容させていく原動力となることもある。そう考えると、このような教育相談機関の必要性がわかり、学校での相談活動の重要性も見えてくる。

(2) カウンセリング技法

人間関係づくりのために、幾つかの参加型の研修を体験した。参加型の研修は相手を知る、気持ちを理解する上でたいへん画期的な方法である。中でも、一番印象に残っているのは、ミニカウンセリ

ング演習である。二人一組のペアとなり、話し手と聴き手の役割を決める。二人の会話をテープに録音し、自分が聴き手となったテープから逐語記録用紙を作成する。その記録から相手の気持ちを分析するという高度な技法である。この研修では、「話の聴き方」を学んだ。とにかく相手の話を聴くことに徹する。聴く側が相づちを打っているときは身も心も相手の話を聴いているときであり、肯定的に受け止めているのだということを学んだ。また、話を深めるかそのまま終わるかは、相づちしただいということも学んだ。逆に、話の事柄のみをとらえようとしたり、言葉の裏を読み取ろうとしたりする意識があると、相手を尊重した聴き取りがきちんとできず、聴き手としては不適合である。このように、「聴く」ことの難しさを改めて実感した。テープから会話を記録すると、自分では相手の話を聴いているようでも、いかに聴いていないかがよくわかる。逐語記録用紙の分析は、相手の第一発言からテーマが見いだせると言われている。記録の内容から身体感覚・感情・思考を分析し、相手の気持ちを理解していく。普段、生徒から話を聴く場合はどうしても事柄を意識してしまい、徹底して相手の話を聴くということには慣れていない。そういった意味でも、教師はこのような、相手を理解するための技法こそ、身につけなければならないと思う。

(3) カウンセリング実習(プレイセラピー)

プレイセラピーとは、遊具があるプレイルームでの遊びを通して行われる心理療法である。遊びによって子どもがもっている欲求不満や不安を解消し、潜在的な力を尊重し人格の成長や変容をめざす。遊びのもつ性質を十分に引き出すために必要なセラピストの姿勢について、V.M.アクスラインの8つの基本原理を基に、自分なりにまとめてみた。

できるだけ早くよいレポートをつくること。

ありのまま受容すること。

許容的雰囲気をつくること。(自由に感情表現ができる雰囲気)

適切に情緒的に反射すること。(自分の行動の意味を洞察しやすくする)

自信と責任をもたせること。(自分で自分の問題を解決できるその能力に尊敬心をもつ)

非指示的であること。(子どもの行いや会話を指示せず支持する)

あせらずゆっくり待つこと。

必要な制限を与えること。

以上の基本原理を意識しながら、実際に子どもの相談担当としてプレイセラピーを経験した。1か月に2回のペースで、50分という決められた時間を子どもと共有する相談活動である。友人関係がうまくいかないという小学3年生の女の子Aさんを担当した。事前に、親担当の心理臨床相談員と打ち合わせをして心の準備はできていた。不思議と緊張はまったくなかった。むしろ、どんな子だろうと楽しみだった。色黒で元気そうな女の子である。プレイルームへ入り、約束事項や遊具の説明をした。最初は、緊張しているようで口数も少なく戸惑っていたが、色々な遊具で遊んでいくうちに人が変わったように元気な姿が見えてきた。積極的に動きまわり遊びに誘ってくる。この日は、初対面とは思えぬほど仲良くなり、満足して笑顔で帰って行った。2回目、3回目と活動は活発になり、どんどん自分のペースにもっていきこうとする。これからどのように変容していくのか興味深かった。しかし、残念なことに家庭の事情によりキャンセルが続き、会うことができなくなった。しばらくして、母親からまた友人関係がうまくいかなかったと連絡が入り、3か月ぶりに会えることになった。久しぶりに会ったAさんは、すっかり元気を失っていた。表情は暗く、態度は冷たかった。それでも、時間をかけて何とか本来のAさんを取り戻そうと接してみた。すると、終了間近に表情が明るく笑い声も聞けるようになってきた。4回の相談では、まだまだAさんのことはわからないが、相談者との

かわりには時間が必要なこと、継続することがどんなに大切であるかを実感した。

3 スクールカウンセラーとの連携

文部科学省の「平成 15 年度の生徒指導上の諸問題の現状について」によると、前年度に比べ不登校児童生徒数は 126,212 人で 3.8%の減少であった。2 年連続の減少ではあるが、12 万人を超える数値となっている。いじめの発生件数は 23,351 件で 5.2%増であり、8 年ぶりの増加である。校内の暴力行為についても 31,278 件で 6.2%増と、3 年ぶりの増加である。

また、「学級崩壊」「少年犯罪」については低年齢化、多様化の傾向がある。こうした生徒の問題行動等に対応するには、従来の指導的なアプローチだけでは不十分であることから、生徒の悩みや不安を受け止め、心理の専門家であるスクールカウンセラーとの連携が必要である。

文部科学省は、平成 7 年度より「スクールカウンセラー活用調査研究委託事業」を開始し、これらの調査結果を踏まえて、平成 13 年度からは「スクールカウンセラー活用事業補助」を実施している。

川崎市では、平成 17 年度には 51 校の公立中学校全校にスクールカウンセラーが配置された。

(1) 相談室へ入れない生徒への支援

普段から生徒を見ていると、その表情や行動から「誰かに聞いてもらいたい。」「誰かと話がしたい。」と思っている生徒が多いと感じることがよくある。もちろん、中には積極的に話しかけてくる生徒もいるが、思春期にある生徒たちは、自分の気持ちや思いを素直に言葉にしてくれないこともよくある。相談をしたいが誰に話せばよいのか、先生や親には話しづらい。また、相談したいが自分からはなかなか相談室に足が向かない。そのような時こそ、教師の支援が必要である。例えば、事前に生徒の実態や情報をスクールカウンセラーに伝えておく。担任や生徒指導担当者と相談の後、相談室へ同行しスクールカウンセラーと話しやすい雰囲気づくりに努める。そして、生徒の緊張がほぐれた頃にスクールカウンセラーにバトンタッチし、教師は退室する。そうすることで、2 回目からは一人でも相談できるようになる。このように教師がかかわりながら初対面の相手に対する不安を取り除き、話しやすい場をつくることは相談への第一歩ではないだろうか。

(2) 保護者への相談支援

保護者の場合、不登校の子どもの対応に迷いを抱えているケース、子どもとの対応に疲れ果てているケースが最も多いようである。そのような保護者には、不安や悩みを語ってもらうことで親自身が心の安定を回復し、それが生徒の心理に間接的な影響を与えるという効果も期待できるようである。不登校の子どもは、親や家族とのかかわりが大きく影響していることが多いということを学んだ。しかし、相談が必要だと思われる保護者ほど、スクールカウンセラーへの相談は、やはり敷居が高いようである。どうせ解決できないという先入観や不信感からなかなか来談できない。また、「カウンセリングを受けること＝精神的な病気である」と保護者が勝手に思い込んでいるケースもある。このような場合も、やはり教師の支援が必要である。担任とラポートがとれている保護者には、カウンセリングの必要性について時間をかけてじっくり説明する。その後、電話相談や家庭訪問など生徒や保護者の実態や要望に応じてスクールカウンセラーに対応してもらう。担任とラポートがとれていない場合は、学校の生徒指導担当者（教育相談担当兼任）として、保護者と対応しながら来談してもらうよう努める。やはり生徒同様、保護者とも普段からの人間関係づくりが不可欠である。

(3) 教師への助言・支援

生徒の問題行動が表面化する前に何らかの兆候が見られるはずである。教師はそれを見逃さず、事前に問題行動を起こさないよう配慮すべきである。クラスや生徒個人の変化に気づいたら、すぐに対応すべきである。言葉による表現がうまくできない思春期の子どもたちの行動や表情から、気持ちを

どれだけ探ることができるかである。しかし、心の動きを把握するのは教師には難しい技である。このようなときこそ、心理の専門家の相談が必要である。生徒の表情や行動、人間関係などから背景にある手がかりを探り、その生徒への対応についてスクールカウンセラーから助言を受ける。その助言から今後の生徒への対応を検討していく。

また、生徒指導担当者として相談が必要と判断した生徒を、直接スクールカウンセラーへカウンセリングを依頼し、事後報告で担任と今後の対応について検討してもらうよう促す。このように教師とスクールカウンセラーとのパイプ役として努めた。今では、気軽に相談ができることから教師からの積極的な相談も多く、生徒の対応や生徒理解のヒントとなる助言は、教師にとって次への生徒指導への自信にもつながる。

(4) 校内職員研修実施

教師としてどれだけ生徒理解に努めているだろうか、生徒へのかかわり方は本当に適切なのだろうか、逆に人間関係を悪くしてはいないだろうかと疑問に思うことがある。スクールカウンセラーが講師を務めた「教師と生徒のコミュニケーション」をテーマにした職員研修は、教師として自分を振り返り、生徒の気持ちを体験する研修である。生徒理解には、受容・共感が重要であること、また、ロールプレイにより教師のかかわり方で生徒の気持ちの変化していくこと、生徒の立場に立った心の変化などを体感することができ、相手を理解することの大切さを再認識するよい機会となった。

(5) まとめ

本校には、今年度よりスクールカウンセラーが配置された。スクールカウンセラーと教師のかかわりは学校の体制によって様々であるが、初年度とは思えぬほど円滑に教育相談は行なわれている。スクールカウンセラーとの連携を進める上で大切なことは、やはり互いの立場を理解した上で、学校ができること、カウンセラーができることを認識すること。そして、支援が必要な生徒へのはたらきかけ、安心できる心の居場所づくりなど、さらに情報交換を密にしながら協力体制を確立することである。また、今後は学校におけるカウンセリングの強化も望まれる。

研究のまとめ

教師は信頼関係をつくるために、生徒の何気ない行動や振るまいから何かを感じとることのできる感性をもつこと、そして、少しでも生徒たちの言葉に敏感になるように努めなければならない。また、生徒一人一人の言動の本質的な意味をとらえきれていないのではないかという疑問を、自らもつ姿勢が大切であると思う。そして、多面的に生徒の情報を把握している教師と専門的な視点から接するスクールカウンセラーとの連携で、生徒理解とともに個々の生徒に適した支援・援助ができるのではないかと考える。また、支援が必要な生徒が教室へ戻れた場合、教室の生徒の受け入れ態勢についても今後の大きな課題である。

最後になりましたが、この研修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総合教育センターの皆様、向丘中学校の校長先生をはじめ学校職員の皆様に心より感謝し、厚くお礼申し上げます。

【参考文献】 V.M. アクスライン 『遊戯療法』 岩崎学術出版社

【指導助言者】 川崎市総合教育センター指導主事

山本 浩之