

# 学校における教育相談の在り方

## 教育相談的なかかわり方

カウンセラー研修員 中村 隆英（川崎市立住吉中学校）

### 主題設定の理由

近年、少年犯罪の凶悪化・低年齢化が懸念されている。さらに、情報機器の普及による新たな問題行動（携帯電話によるメールトラブル・出会い系サイトでのトラブル・「プチ家出」など）も増えている。そして学校では、依然として「いじめ」や「暴力」、「不登校」、「学級崩壊」など、多くの課題をかかえている。また、一見ふつうに見える子どもが、時として予想もしない行動をとることがある。自分の感情や気持ちを言葉や行動で表現することができず、人間関係づくりがうまくできない、集団に適應することが苦手であるといった子どもが増えている。言葉や行動のすれ違いで簡単に腹を立てたり、メールのやり取りだけで「ともだち」になったりするなど、その背景には希薄な人間関係があると考えられている。

子どもたちを取り巻く環境が変化し、人と人とが触れ合う機会が少なくなった今、学校は学習のみならず、数少ない集団生活、特に対人関係づくりを学ぶ場として、その存在価値は今まで以上に大きい。そして、このような学校生活を支えるために、教育相談の考え方や技法を生かした教育活動の展開は、問題行動への対処にとどまらず、ふつうに見える多くの生徒の心理的・社会的発達に必要な援助になると考える。

この一年間、カウンセラー研修員として様々な研修に参加し、教育相談の考え方や技法を学ぶことをはじめ、夏の教育相談宿泊研修会では自分自身と向き合う体験もした。また、心理臨床相談員とともに子どもの相談にも携わった。経験豊富な電話相談員や障害児教育研究室からも貴重な示唆を与えられた。そして、ここでの研修は学校での活動と並行して行ったため、研修内容を日常の教育活動における生徒や保護者へのかかわりの場面で実践することもできた。学校において教育相談をすすめる上で、教育相談の考え方や技法を用いたかかわりについて考察し、今後の活動に生かしていきたいと考えた。

### 研究の内容

#### 1 教育相談的なかかわり方

教育相談の考え方や技法は、現在でも各学校において様々な活動に取り入れられている。例えば、不登校気味の生徒に対して個別相談をしたり、教育相談週間を設置して担任と生徒が相談をしたりする。このような活動の中で教師は、生徒や保護者の思いと向き合い、その内面を理解しようとしながらかかわりをもつ。また、教師が「教える」「叱る」「ほめる」等のかかわりをもつとき、家庭環境や性格等の理解を深め、その出来事の背景にあるものを感じながら、より適切な支援を行なっていると報告もある。

教育相談的なかかわりとは、子ども理解を図りつつ、相互の信頼関係を築いていくための、日々の活動を積み重ねることだと考える。

#### 2 研修講座や会議に参加して

##### (1) カウンセリングの技法

この一年間の研修では、構成的グループエンカウンターやブリーフセラピー、コラージュ療法、遊戯療法など、多くの技法があることを学んだ。もしかすると、それぞれのことが学校において活用でき得るのではないかと考え、興味をもって研修した。

研修講座では、実際に「話の聴き方の難しさ」または「話を聴いてもらえない苦痛や苛立ち」を体験した。さらに「相手の思いを聴く」ためには、一つの事柄に対していろいろな見方をしていくことが大切であることを学んだ。具体的には「うそをつく」という行為にはどのような「思い」があるのかを考え、それを感じ取る経験をした。「うそをつく」という行為には、「他の人を騙すため」「他の人を困らせるため」「自分を守るため」というイメージをもっていたが、意見交換の中で「他の人を庇うため」「自分に注目を集めるため」「うそを楽しんでいる」「空想によるうそ」など、いろいろな「思い」がその背景にあることに気付き、その深さ広さを感じ取ることができた。

教育相談の宿泊研修では、「わたしは誰ですか」という自問自答に困った。「私は教師である」という面にこだわり、あらためて自分自身と向き合うことの怖さ、自分を表現することの難しさを実感した。この体験を通して、生徒や保護者も同様なことで悩んでいることがあるのではないかと考えもした。

ミニカウンセリングの研修では、実際に自分の聴き方をカセットテープに録音し、振り返りを行なった。そこでは、自分の聴き方がいかに相手の感情に寄り添えていなかったかを痛感し、ただ相手の話を聴いて頷き、話の中身を共有するだけでなく、話の中にキーワードとなる感情表現や行動によるメッセージを見つけて、「思い」を受け止めることが大切だということを知ることができた。そうすることによって、相手の心の中で気付きや苛立ち、あるいは葛藤等が起こり、自ら解決しようとする心の動きが起きることを知った。

これらの研修で、効果的な「聴き方」とは、「豊かな感受性を持ちながら相手の話を聴き、内面から出る感情や思いを共有し合えるようにすること。」が大切だと実感した。また、「思いを共有し合う」ために、言葉にしたり(言語メッセージ)、行動したり(非言語メッセージ)と表現することで、相手に安心感を与え信頼関係が生まれたとき、相手の中で感情の動きが現れ、自ら解決しようとする心が生まれるということを、自らが体験することを通して学んだように思う。この「聴き方」が教育相談の考え方の基本にあり、それを実行することの難しさを痛感するとともに、「教育相談的なかわり方」を進める上で欠かせないことだと考えた。

また、ブリーフセラピーは、短期の解決を目指すカウンセリングである。この考え方を身に付けられれば、学校における個人面談や三者面談等に有効に活用できると実感した。構成的グループエンカウンターは、ポイントをしっかりおさえ用いれば、学級活動での仲間づくりや生徒同士の関係づくりに役に立つと思われる。

このように、カウンセリングの技法を理解して身に付けておくことは、学校の活動場面で様々な活用できることや、人と人がコミュニケーションをはぐくもうとすることに適切なかわりを築くことに役立つということ学んだ。

## (2) 教育相談センターの機能

教育相談センターの相談活動は治療的な役割が大きい。相談者に対してより適切な相談を行っていくために、周産期の状態や生育歴などを踏まえて保護者と面接する。心理臨床相談員は、相談者の第一印象をはじめ、服装や立ち居振る舞いや話し方や表現の方法など、事細かに意識しながら相談をすすめる。そして相談の主訴や起きた出来事、子どもの言動などから、子どもや保護者に対してどのように役立てるかを考える。

また相談者とのかかわりは、主訴が解決したり、相談者が何とか自分でやっていくことを表明することによって終結する。そのような中でなかなか主訴が解決せず、相談期間が長期になることもある。担当する者は、見通しをもってかかわることも必要である。心理臨床相談員が実際に携わった相談の中には、複雑な背景をもち、解決の糸口が見つからず、その事から抜け出せずに長期間かかわってきたものもあるという。このような相談に親身になって寄り添い、根気強く付き合い、人として真剣にかかわろうとする心理臨床相談員の姿勢には迫力があり圧倒される。学校とは違った教育相談センターで専門の心理臨床相談員に支援を得ることは、相談者にとっては有益なことだと思う。

教育相談センターでは、内容によっては外部機関や学校と連携して取り組み、よりよい効果を生んでいる事例が多くなっている。学校では、家庭訪問をするなど生徒や保護者と積極的なかかわりがもてる。このような機動性を備えた学校が、教育相談センターの教育相談室の機能を理解し、連携していくことで、子どもや保護者によりよい支援ができるのではないだろうか。

### (3) 相談活動の事例から

子どもの相談を担当し、遊戯療法を経験した。相談は親担当の心理臨床相談員と協力しながら行った。担当の子どもと1ヶ月に1~2回程定期的に会い、50分という決められた時間、そして、守られた空間の中で共に過ごす。この経験から、子どもは遊びを通して心の変容を起し、自分を表現するメッセージを示すということを教えられた。自分一人では見過ごしてしまうような事柄も、50分の相談の後に、その子どもの親を担当する心理臨床相談員と振り返ることにより、あらためて気が付くことが多くあった。

Aさんは学校でいじめにあったことをきっかけに、人に対して恐怖心をもつようになり、不登校になってしまったとのことであった。学校からの紹介で、保護者が教育相談センターを訪れた。「Aさんはいじめによって深く心が傷つき、同年代の子どもに会うことを恐れ、隠れるようにして過ごしている」とのことである。

私は、まったく面識のないAさんとの相談に携わることになったとき、責任の重さを感じて緊張した。教師という立場ではなく、教育相談者としてどうかかわらなければいけないか、心理臨床相談員からのアドバイスを得ながら心の準備をした。プレイルームの使用の方法や遊びの制限について理解し、相談する場所が子どもにとって居心地のよい空間になるように努力した。また、そうすることでいじめによる心の傷が少しでも癒されればよいと考えた。

初めてAさんに会ったとき、年齢よりも幼く、とてもおとなしそうに見え、弱々しくさえ感じた。Aさんにたずねたところ、身体を動かしたいという希望があったので、相談場所として、広いプレイルームを選んだ。Aさんは部屋に入ったとき、最初にいろいろ室内を見回した。その後、Aさんが興味をもったビリヤード、キャッチボールをした。この間、私からは特に指示することもなく、二人でほとんど会話をすることもなく時が過ぎた。最後に「何か話したいことがあるときには、聴いてあげるよ。」と声をかけるが、首を横に振り、終始無言のまま50分が過ぎた。

途中で、Aさんがどないじめにあったのか、また、その時の気持ちや怒りを聞きたくなった。しかし、事前に打ち合わせをしたこともあり、そういうことは一切口にしなかった。終わったときには、もう会いに来てくれないのではないかという不安でいっぱいだった。

2週間後、相談の約束の日にAさんが現れたときは、とてもうれしかった。何か役に立つことができればいいという思いが心の中にあふれたが、あせらずにAさんが安心してプレイルームで過ごせるように、気持ちをしっかり受け止めようと自分に言い聞かせた。この日は最初からキャッチボールをした。何気ない質問をそれとなくするが、「うん」「ううん」という返事だけが小さい声で返ってくる

だけである。途中から卓球をするが、失敗したりすると「すみません」と謝る。会話はほとんどなく、笑顔も見られずに終わった。

Aさんとの相談は、しばらくの間、卓球とキャッチボールをすることが定着した。黙々とキャッチボールや卓球をする。沈黙が続くこともある。私に気を遣ってくれているのか、キャッチボールをしながら会話をするときには笑顔も少し見られるようになってきた。Aさんの優しさと繊細さを感じながら、真剣に笑顔で遊ぶことを心がけた。そして、日を重ねるごとにAさんは、だんだん伸び伸びするようになってきた。ボールに回転をかけたり、スマッシュをしたり、身体を動かすことも力強くなってきた。プレイの後、親担当の心理臨床相談員から、Aさんが友人と会うことができたこと、行動範囲が広がっているとの話を聞き、Aさんの心の中で少しずつ変化が起きていることを感じた。また、最初は居心地の悪い沈黙も、会うごとに沈黙がそれほど気にならなくなり、この沈黙も必要なことかもしれないと思えるようになってきていることも不思議な感覚であった。

遊戯療法を通してAさんと出会うことを経験して、子どもが自分で選んだ遊びの中で、そのとき見せる顔の表情や表現方法から、なんとなくではあるが気持ちの動きを感じ取ることができたように思えた。子どもの心に寄り添い、理解しようとすることで信頼関係を築いていくことに少しだけ近づけたかもしれないという貴重な経験であった。また、「遊ぶ」「聴く」ということによって、心の変化が起きて少しずつ元気になる様子から、子どもたちの持っているエネルギーを感じることができた。「いじめ」や「不登校」など、エネルギーが弱ってしまった子どもたちを支援する上で大切なことは、子どもが安心できる場所や時間の中で、このエネルギーが増えていくことへの手助けをすることなのだと思う。この相談活動で感じた不思議な感覚は「教育相談的なかかわり方」のヒントになるものであったように思う。

### 3 学校生活の中でのかかわりの場面

#### (1) 体験活動や行事

子どもたちは、学校で職業体験や地域とのふれあい、ボランティア活動、行事での縦割り活動など、様々な活動を経験する。なぜこのような行事や活動が行われるのか、活動の内容やその目的を生徒が知り、主体性をはぐくんでいく。学校全体で共通意識を持って教育活動に取り組む姿勢をつくり、教師や生徒がその行事や活動について理解を深めることで、一人一人がそれぞれの目標や責任をもち、活動の充実感や達成感を得ることができる。

そのためには、日頃から教師が生徒の考えに耳を傾け、生徒が自ら主体的に活動できる環境を整えることが大切である。生徒一人一人が責任をもって活動し、相手に対して思いやりのある心で接することで、温かな人間関係づくりをすすめることができる。さらに、様々な人々とのふれあいの中から、感謝の気持ちや社会の厳しさなどを感じ、よりよく生きることについて考えることにより、子どもたちに豊かな心が育っていく。

#### (2) 定期的な個別教育相談

教育相談週間等を年間計画に位置付け、担任と生徒との個別相談を行う。日直日誌や班ノート、定期テストの結果、事前のアンケート調査などから生徒の情報を得て、面談の準備をする。学校全体で取り組むことにより、いじめなどの前兆もキャッチしやすくなる。

個人のもつ攻撃性を外に現す生徒もいるが、内向することで不登校や自傷行為などになってしまう生徒もいる。さらに内向することで衝動的な行動(キレる)に出る生徒もいる。このような生徒の早期発見・早期対応という視点からも、個別教育相談の意義は大きいと思われる。そのために生徒の声を「聴く」そして「聴いているよ」というメッセージを言葉や態度でしっかり伝える技法を教師が習

得することは大切である。

実際には、定期的な個別教育相談は短時間で行う面談であるため、雑談で終わることもある。しかし、声にならない学級の雰囲気をつかむことができることや、日頃の生徒の活動への関心が高まり、休憩時間や課外活動で一人一人の様子に目を向けるようになるなどの成果も大きい。

### (3) 保護者とのかかわり

最近、親と子どもの距離が近すぎるために、子どもの非を指摘されると、親である自分が責められた気持ちになってしまうということを聞いたり、逆に、子どもとの接点をつくれずにいるために、子育てのプレッシャーを感じている親が多いとも聞く。保護者と面談する際に、このような背景があることを理解せずにいると、行動の責任や子育ての問題に話が進み、互いに歩み寄らずにかえって信頼関係を壊してしまうことがある。そうならないためにも、保護者の思いやいろいろな背景を理解しておくことで見方も変わり、互いに協力して子どもにかかわることができるのではないかと思う。

一方的に相手の非難や攻撃をする話し手に対して、批判や反論することはマイナス面が多い。このとき批判や反論をせずに、相談室で学んだように、まず「聴く」ということを心がけると、話し手は話しながら自分の考えをまとめたり、振り返ったりすることができると思う。そして「共に子どものことを真剣に考えましょう。」という姿勢を保ちながら、「聴く」ことにより安心感が生まれ、事実に対する具体的な対応やこちらの思いを伝えることが有効であると考えられる。

### (4) 「教育相談の考え方」を生かした授業

学校生活の中で教師と生徒がかかわる多くの時間は授業である。従って教師は、教材の開発や教科の知識・技術について研修し、子どもたちが「楽しい」「わかる」「充実した」と感じられる授業が行えるように取り組んでいる。そして、子どもたちが進んで学習に取り組み、共に学ぼうとする姿勢や学ぶ楽しさを味わうことができるように努力している。さらに、教育相談の考え方や技法を用いて授業を行うことで、よりよい授業が展開できるのではないかと考える。

今年度の川崎市総合教育センターにおける学校教育相談の研究において、「教育相談の考え方に根ざした授業」とは、子どもの言動面だけにとらわれず、何を感じ、どう考えているのかなど子ども一人一人の思いを理解し、存在価値を認め、その子どもの成長を支援し、育てていこうとする姿勢をもってかかわることであるとの報告があった。その中で、子どもの内面を感じながらかかわりをもつことで教師との信頼感や学級内の安心感が生まれ、子どもたちが学び合い、知識や技術の習得につながると分析している。多様な価値観をもつ生徒の一人一人の内面を感じることは難しいが、教師が授業における子どもの思いを振り返ることにより、その支援の在り方を考え、さらに充実した授業が行えると考えている。

## まとめと今後の課題

様々な研修を受講することによって私自身の今までの生徒とのかかわり方について振り返ることができた。これまでは、教育相談の必要性を感じながらも、子どもに対して指示的な言動が多く、生徒との対話の場面も少なかったように思う。実際の相談活動を通して、人と人とが心を通わせ互いに成長し合おうとするには、信頼関係を築くことが大切だということを実感することができた。相手の気持ちをしっかり受け止めて「聴く」ことで信頼関係を築き、問題を解決しようとする心をはぐくむ必要がある。そして、日々の学校生活において、生徒や保護者、同僚とのコミュニケーションを大切にしながら、私たちができる取組の中で、多くの可能性を伸ばすようにするためにも、教育相談的な考え方や技法を生かしたかかわり方が重要であるということを実感した。今後も、社会の変化に

対して柔軟な姿勢を保ちつつ「生育歴」「家族」「性格」など多様な背景を深く広く理解しながら、かわり続けることを大切にしていきたいと考える。

また、教育相談センターには様々な相談が寄せられているが、その中でも不登校の相談件数が最も多いことを知った。そして、不登校になる起因が学校における友人関係やいじめによるものが多いという傾向は、真摯に受け止めねばならない。今後、集団の中のよりよい人間関係づくりをすすめるとともに、いじめの早期発見・早期対応に努力していきたい。また、スクールカウンセラーとの連携も視野にいれたチームによる援助方法についても考えていきたい。

最後に、研究を進めるにあたり適切なご助言をいただきました先生方、研究にご支援、ご助言を下さいました学校教職員の皆様に、心より感謝し厚く御礼申し上げます。

#### 【参考文献】

- |   |        |
|---|--------|
| 鷲田 清一 『弱さ のちから』 講談社                     | 2001 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        | 2002 年 |
| 不登校問題に関する調査研究協力者会議 『今後の不登校への対応の在り方について』 | 2003 年 |
| 川崎市総合教育センター研究紀要第 16 号                   | 2003 年 |

#### 【指導助言者】

川崎市総合教育センター研修指導主事

伊藤 一晴