

平成6年度

カウンセラー研修を通して見えてきたもの

カウンセラー研修を

通して見えてきたもの

カウンセラー研修員 青山 恒久¹

はじめに

1年間のカウンセリング研修の中で、多くのことを学んだ。毎週一回開かれる受理会議に始めて参加した時、「不登校」に関する相談件数の、余りの多さに唖然としたものだった。「不登校」という現象が、学校現場の中で、抜き差しならぬ問題となっているという事実を、まず目の前に突きつけられた思いがした。

月一回のペースで開かれる事例会議では、主に「不登校」の事例が詳細に報告され、検討が加えられる。この会議に出席して、「不登校」という現象の中には、「家族のあり様」というものと、切っても切り離せないものがあるのではないかということを感じさせられた。そして人間が、ある家族の中で、生まれて、育って、生きていくとはどういうことなのかということ、会議に出席する中で考えざるを得なかった。それは現場の教員が気にはしつつも、つい踏み込むことをためらう領域でもあった。

カウンセリング研修の半ば頃から、カウンセラーとして実際に、「不登校」の生徒を担当することになった。試行錯誤の繰り返しで、戸惑うことが多かったが、この場合も、「家族の有り様」如何を頭の中に置いてケースに臨むことが出来、たいへん有効であったと思う。このことに思い至らないまま、「不登校」に苦しむ生徒と接した時、私が、「登校する・しない」という事実だけにしか目が向けられず、特に「登校しない」という事実によって、「不登校」に苦しむ生徒を、「もっと頑張って登校すればいいのに」とか「耐える力が足りないのでは」などと否定的に捉えてしまう愚を犯す危険性は充分考えられた。

教育相談に関する各種の研修も大変有意義なものがあった。特に、こちらの何気ない言葉・態度ひとつによって、相手は、自分が受け入れられている・いないということを、微妙にかつ敏感に感じ取るものだということが実感として学べたと思う。

このように、カウンセリング研修を通して、いくつかの大切なことを学ぶことができ、また、見えてきたものがあった。それを以下に述べてみたいと思う。

I 主題設定の理由

今まで、担任としてあるいは生徒指導担当教員として「不登校」の事例に何度か関わってきた。その中で、教員の側の連携プレーが効を奏し、長期に渡る「不登校」に陥らずに済んだ場合もあるが、教員の側のアプローチが全く効果なく、とうとう卒業まで一日も登校せずに終わった場合もあった。そんな時教員は、一種の無力感を感じるものだが、その無力感の中には、「不登校」の状態にある生徒をどう考えていいか分からないという意識も含まれているように思える。

ある生徒が「不登校」の状態に陥った時、教員も「なぜ登校できないのか分からない」、親も「なぜ登校できないのか分からない」そして本人も「なぜ登校できないのか分からない」という場合がある。これでは、自然の流れに身を任すという方法以外に、差し当たって有効な手だてを見いだせなくても仕方あるまい。

本年度、カウンセリング研修に参加するにあたって、この茫洋として掴み所のない「分からなさ」に、なんとか形を与えることができないかという思いがあった。幸いにも、カウンセリング研修の過程で、幾分か見えてきたものがあるように思う。と同時に、現場の教員が「不登校」の生徒に接する場合、陥りやすい問題点にも気付くことが出来た。

この機会に、カウンセリング研修の中で考えたことをまとめ、「不登校」への対応のわずかでも参考になればと上記のテーマを設定した。

II 研究の方法

1. 「受理会議」に参加し、それぞれの「不登校」の事例の特徴の掴み方、家族関係の把握の仕方、終結に向けた方向性の捉え方等を学ぶ。
2. 「事例会議」に参加し、カウンセリングの本質について学びつつ、「事例」の背後にある「家族関係」の問題点の把握の仕方を学ぶ。また、心理学的、精神病理学的な人間観について学ぶ。
3. 教育相談基礎研修と教育相談実習に参加し、カウンセリングの本質および技法について学ぶ。
4. カウンセラーとして、実際に相談ケースを担当する。
5. 文献や資料を通して、教育相談の意義や方法・技法などを学ぶ。

¹川崎市立南菅中学校教諭（カウンセラー研修員）

Ⅲ 研究内容と考察

1. A子との面接

私が担当したA子とは、20数回の面接を持った。その中で、忘れられない場面がある。A子は中3で、5月の連休を境にふっつりと学校に行けなくなったのだが、11月の半ばから、ある出来事をきっかけに再び登校できるようになった。A子は、学校からの援助とか友達からの援助とかましてや私からの援助とは全く無縁に、独力で登校を再開したのだった。

登校できるようになった直後の面接で、A子はうれしそうに、久しぶりに登校した時のことを話してくれた。

「……遅刻しちゃったけど、職員室に行って学年の先生に挨拶して、それから音楽の授業だったので音楽室に行った。授業はもう始まっていた。……」A子からそう聞いた瞬間、私の脳裏に、誰もいない廊下を一人音楽室に向かって歩いていくA子の姿、音楽室の前に立ったA子の姿、音楽室の扉に手をかけるA子の姿が浮かんだ。長い間学校を休んでいたA子は、その時どれほど緊張したことだろう。心臓の鼓動が高鳴って、ドキン・ドキンとそれこそ、扉を開ける手にまで伝わっていたに違いない。それをA子は全部一人でやった。そんな情景が一瞬私の心に浮かび、思わず「すっ、すごいじゃない……」と口走ってしまった。A子は、「でも、ちょうど合唱コンクールの練習していたし、……」と答えたが、うれしそうだった。

2. 現場の対応

この面接の時のことを、その後何度も思い返すことがあった。そして私は、私がA子の中学校の教員として、A子の登校の再開の場に立ち会っていたとしたら、A子を前にして瞬間的に思い描いたような想像の仕方を、A子に向けてするだろうかとか何度も自問した。

現場の教員は、「現場」の教員であるがゆえに、「来た」か「来ない」かという事実だけを問題にしがちである。私が現場の教員としてA子の通う学校に勤務していたとすれば、「来た」という事実だけを問題とせず、その時のA子の心の中の緊張にまで思いを巡らせることができただろうか。学校現場は、言うまでもなく生きて動いている。その中で教員は、どうやって楽しく分かりやすい授業を行い、生徒に学力をつけていくか、どうやって、個々の生徒指導上の問題に対処していくか、目まぐるしく頭の中で考え行動している。つまり、現場の教員は、現実目に見える生徒のことを考えながら、学校にいるわけだ。そんな時、現実目にはいなかった「不登校」の生徒が、様々な葛藤に悩んだ末、必死の思いで学校にやってきたとしても、「急に」「突然」「ひょっ

こりと」現れたと現象面だけを捉えてしまいがちになりはしないだろうか。また、こちらがそんな捉え方から抜け出せないまま、登校した生徒に、「頑張って来たね。」という声をかけたとしても、かけられた方は、そこにか通り一遍のものを感じてしまうというようなことが起こらないだろうか。教育相談の実習などを通して相手はこちらの立場に立ってくれている時とそうでない時とを、人間は敏感に嗅ぎ分けるということを学んでいた。だとすれば、言葉かけ一つとってもないがしろにできない。なぜなら、それは、「心」に直接関わることだからであり、「不登校」という現象は、直接「心」に関わる問題だからだ。

3. 「分かって」とすることの大切さ

A子との印象深い面接の後、そんなことを度々考えさせられた。つまり、相手(=生徒)を分かって、分かってとすることがどれほど大切なことであるのかを痛感させられたのである。

不登校の生徒に限らず、相手(=生徒)のことが分からなかったり、分かってとしなかったりすれば、こちらは、こちら側の尺度で相手を測って、その尺度からずれた分だけ相手を不快に思ったり、尺度からずれた分を叱責したりする以外にない。教員は往々にして、このように対処しがちだ。これが、相手には、「自分のことを分かってくれてこの先生は怒っている」と「わけも聞かずに怒りやがって」の違いとして感じられるのだろう。

生徒が不登校の状態に陥ってしまうと、教員と接する物理的時間は余りにも少なくなってしまう。教員が相手のことを分かるためには、まず接すること、そして相手にしゃべってもらうことが不可欠だ。その道が閉ざされてしまえば、教員は、不登校の生徒を、「学校に来ない生徒」という一般性で捉えがちになるだろう。だからこそ、生徒が「不登校」の兆候を現した時、その生徒とどう関わるかということが大変重要な意味を持つてくる。その時生徒が、心の奥の奥のほうに秘めた思いを語ることができれば、不登校に陥らずに済む場合が少なからずあるように思えるからだ。

4. 自分を語るということ

今回のカウンセリング研修の期間中、来談者が、自分のことを語ることによって自分を生き直すという事例を相談者の方の実践から数多く学ぶことができた。人間が本当に自分のことを語った時人間は変わっていくようなのである。これは不思議なことだった。強制されたわけでもないのに、ただ語ることによって変わっていくのである。だとすれば、中学生でもそのことに変わりはないはずだ。

不登校の事例の中に、学校でいじめられたとか学力が極端に低くて勉強についていけないとかのはっきりした

理由のないものがある。そんな場合、本人に聞いても、「自分でもなぜ行けないのか分からない。」と答えることがしばしばある。けれど理由はあるに違いないのだ。そして、そのような事例の中には、自分の家族の有り様を語ることによって、自分の生を生きなおす場合がきつとあるに違いない、そういう確信が、カウンセリング研修を受けている間に芽生えてきた。そんな時、たまたま手にした「エッセ」という雑誌の2月号に、次のような主婦の体験談が載っていた。

「次男が生まれてからは、長男がもう嫌で嫌でたまらなかつた。下の子で手いっぱいなのに、甘えてまわりついてくる。長男が思いどおりにいかないと殴る、けるの連続でした。」

「もう狂ったように殴るんです。当然子どもは泣き叫ぶからうるさい。それでまた腹がたつて、けるんです。」

「夫は長男をひどくかわいがるんです。それがカンに触って私はますます長男を殴る。すると今度は怒った夫が私を殴るのです。」

「私が殴ったりしているのに、長男は夜になると私のベッドに入ってきて本読んでてせがむんです。寝ている長男の顔を見ては、かわいそうなことをしたと思うのにカーッとしたら止まらない。どうしたらいいかわからなくてメソメソ泣いてばかりいました。」

「ある日、また長男のことが原因で夫に殴られ、目のまわりにアザをつくって岩手の実家に帰りました。母は私の言い分も聞かず顔を見るなり『なんであんたいつもそうなの、あんないいダンナがいるのにちゃんとできないの』と大声で怒鳴りました。気がつくとは『どうして子どものときからいつも私ばかり責めるの。私はちゃんとやろうとしているのに、お母さんは一度も認めてくれたことがない!』と泣き叫んだんです。いままで30年以上も胸の中に押し込めていた言葉がポロポロ飛び出しました。母はじつと私の言葉を聞いていました。」

そのあと60歳のお母さんは33歳になる久保さんをギュウと抱き締め「ごめんね」と謝ったのです。昔、嫁姑問題で悩んでいたお母さんは、久保さんがおばあちゃんの子どものときからいつくのが許せなかつたとか。産んだのは私なのにこれではおばあちゃんの子どものときみたいじゃないと思って傷ついていたそうです。

「母と私は3日間、いままでお互いに言えなかつたことをずっと語り合つたんです。私は初めて母に甘えた気がしました。」

その後、長男に対する殴る、けるは止まりました。母親が子どもを抱き締める意味が実感できたからと久保さんは言います。¹⁾

この文章は、「人間が本当に自分のことを語った時、人間は変わっていく」ことがあるということ、「人間が自分の家族の有り様を語り始めた時、その人間は自分の生を生きなおす」ことがあるということを語っている。「どうして子どものときからいつも私ばかり責めるの。私はちゃんとやろうとしているのに、お母さんは一度も認めてくれたことがない!」とは、「自分のことを語った」「家族の有り様を語った」ということであり、そのようにして語ることが、60歳になるお母さんの、ギュウと抱き締め「ごめんね」という謝罪の言葉によって受け入れられたのである。だから、「長男に対する殴る、けるは止ま」つた、つまり、娘である母親は自分の生を生きなおしたのである。

5. 母子関係の意味

けれど、娘である母親が、本当に自分のことを語ることがなく、長男に対する殴る、けるの虐待が、ある年齢までやまないままであつたら、成長した長男はいったいどういうことになるのだろうか。おそらく彼は、訳も分からずにいきなり母親から殴られたという幼少時期の体験を無意識の核とし、そこから、他者に対して理由もなしに怯えたり、緊張したり、不安を感じたりしてしまう性格を形成しやすくなるのではないだろうか。なぜなら、幼少時期に、母親から無条件に安心させてもらったという体験に、決定的に欠如しているからである。かくして脅えや緊張や不安を感じやすい子として成長した彼が、自分で自分のことを決定したいという欲求の強く湧き出てくる自我の形成期を迎えたら、一種の恐慌状態に陥ってしまうのは、ある意味で自然な成り行きと言えるかもしれない。そして、その一つの現れとして彼が、「不登校」という現象を示したとしても、格別了解不能なことではないのかもしれない。

よちよち歩きを始めた頃の幼い子が、ちょっと離れたところにある砂場に一人で行こうとする時、何度も何度も振り返って母親の姿を確認するという場面に出くわすことがある。母親がいてくれるという安心があつて初めてその子は砂場に一人でできるのだ。しかし、もしその子が、母親から訳も分からずに殴る、けるの暴力を加えられているとしたら、その子は、砂場まで行きたくとも、握った母親の手を放すことができないに違いない。脅えや不安が強くて、とても一人で砂場まで行く緊張に耐えることができないからだ。

幼ければ、母親の手を握つたままでも済むかもしれない。また、家の中では、殴られても、けられても母親にまといついていればいいのかもわからない。しかし、家の外に出れば、特に「学校」という「家の外の社会」に出

¹⁾ 「エッセ」2月号 フジテレビジョン 1995年 25P

れば、様々なことを自分一人で決定しなければならないというのは自明なことだし、中学生という年齢に達すれば、自分のことは自分で決めたいという欲求が強く沸いてくるものである。その時、脅えや不安や緊張を心の中に強く抱え込んだままであれば、例えば、友達関係をこうしたいという欲求があっても、「相手に何をどう話していいかわからない」とか「自分の言い方はついついとげとげしくなってしまう」とか「相手が自分のことをどう考えているか分からずに不安だ」とか「相手の目を見て話せない」等々の、脅えや不安や緊張に起因する悩みを発生させやすくなるだろう。この時、不登校への第一歩を踏み出したと言えるのだと思う。

脅えや不安や緊張を、性格の無意識の核に抱え込んでしまう場合、現実には、幼児虐待以外に、様々な要因があるに違いない。そしてそのような負の要因は、もしかすると、語られるのを待っていると言えるかもしれない。

私のほんとうに乏しい経験からしても、生徒が、自分と母との関係や父との関係の在り方を、唐突にしゃべり始めるということがあった。「不登校」の場合に限らず、やれ煙草を吸った、授業をさぼった、教員に反抗したという生徒を指導しようとしている時、何かの拍子に生徒が突然自分の「家族の有り様」をしゃべり始めるのである。意を決してというより、ぼそぼそと話し始めるのだ。カウンセリング研修を受けて分かってきたのだが、そんな時、生徒のぼそぼそと始まる話を、そういう話は後で聞いてやるからと、まず指導すべきことを優先しようとする、間違いなく生徒は、自分の「家族の有り様」などしゃべらなくなる。誰に強制されたわけでもないのに自分の「家族の有り様」を語り始めるのであれば、その行為自体の持つ意味を大切にしたい。

もちろん、「家族の有り様」さえ語れば、どんな場合でも問題は解決するなどということはない。しかし、一度語り始められたら、教員は、自分の価値観とか指導者意識とかいうものを取り合えず脇に置いて、生徒の話に肯定も否定も加えず、静かに耳を傾けることが不可欠である。多分そこから何かが新しく始まるように思う。

IV まとめと今後の課題

ある方からこんな話を聞いたことがある。

教員の息子が高校生になって急にぐれはじめた。あわや高校も中退かというところまで荒れていった。そんな時その息子が父親に向かって「おやじは家に帰ってきて俺のことを生徒だと思っている。小さいときからずっとそうだった。」そう語ったそうである。

その後、息子と父親の関係がどうなったかはその方から聞き漏らしたが、ここでも、息子は、自分の家族の有

り様を語るということを行っている。語られた内容は、聞いた者を思わず納得させてしまう力を持っているが、同時に、語るという行為自体の持つ意義を見過ごすことが出来ない。

一年間のカウンセリング研修を通して一番強く感じさせられたのは、「カウンセリング」の威力ともいえるべきものだった。「自分を語る」ということが「自分で変わる」ということへと、紆余曲折は経てもつながっていくものではないのかということだった。

さて、以上に述べたことを念頭に置いて、学校現場に戻った時のことを考えてみた時、朝の生徒との挨拶一つ授業中の生徒への語りかけ一つ、廊下ですれ違った時の何気ない声かけ一つが、どれをとっても大切な意味を持っていることに気付く。それらは、広い意味の教育相談的な関わりと言うことができるだろうが、そのような日常的な関わりがあって始めて、ある時突然に、生徒が、「本当のこと」「自分の家族の有り様」を語るということが可能なのではないだろうか。自我の形成期にある中学生の中で、語られるのを待っている内心の声を持たない生徒などいないに違いない。学校の中で、その声を引き出すのも、聴くのも、教員以外にはいないはずである。それだからこそ一層、日常的な教育相談的な関わりの意義は大きい。そして一端語り始められたら、その時は、肯定も否定も加えず、静かに、生徒の声に耳を傾けたいものだと思う。

おわりに

一年間のカウンセリング研修を終えるにあたって、当初は考えもしなかったことを考えるようになった自分に気付きます。私のようなものに、このような機会を与えていただいたことに感謝すると同時に、ご指導いただいた室長、指導主事、相談員の皆様にご心よりお礼申し上げます。

・参考文献

ロジャーズ 「カウンセリング」(ロジャーズ全集2)
岩崎学術出版社

国分 康孝 「学校カウンセリング」 誠信書房

国分 康孝編「学校カウンセリング」(こころの科学58)

日本評論社

伊藤美奈子 「学校カウンセリングに関する探索的研究」
(教育心理学研究・第42巻第3号)

・指導助言者

東京都立大学助教授 永井 徹

川崎市総合教育センター研修指導主事 鈴木 眞一