

平成 2 年度

カウンセラー研修員として学んだこと

川崎市総合教育センター カウンセラー研修員

## カウンセラー研修員として学んだこと

正村和久<sup>1</sup>

### 1. はじめに

この一年間、カウンセラー研修として、教育相談における不適応生徒の理解や、援助のあり方等について、会議（受理会議、事例会議）、教育相談実習講座、実際の相談活動を体験しながら多くのことを学ぶことができた。ここで、研修を通して学んだこと、感じたことをまとめてみたい。

### 2. 学校でのカウンセリングには独自のシステムが必要

センターのカウンセリングシステムでは、保護者や本人の自発的な来談を持って専門機関で場所、時間等の契約に基づいてカウンセリングが行われ、親担当、子担当がいて別々に相談にあたっている。学校でのカウンセリングでは、①自発的な来談～生徒や保護者から申し出を受けて行うもの、②年間計画の中に位置付けて全生徒、あるいは保護者を対象として組織的に行うもの、③必要に応じて、教師側が判断し、特別の生徒を対象として行うものなどがある。現実の教育相談活動の中では、③番目の場合がより重視され教師は、問題の行動、症状の解消をねらいに置いてカウンセリングすることが多い。学校のシステムでは、生徒や保護者は常に学校のシステムや学校自体を意識しなければならない。学校の教育活動では、日常活動が中心になるから、生徒も保護者も学校や教師に対して評価等の日常の問題を意識するわけで、心の問題と日常の問題を絶えず意識する中でカウンセリングが行われる。それだけ心の問題へ入りにくいということになる。そうすると生徒は理解されていないという不満を持つことになるであろう。センターのシステムであれば、本人は評価等の日常の問題を意識することがなく、それだけ本人の心に深く関わることができるといえる。いずれにしても、センターのシステムをそのまま学校のシステムに取り入れることはできないが、カウンセリングの意義を取り入れていくことは必要であり、学校としての独自のシステムを学校の枠組の中で構築することが大切であると思った。

### 3. 情報を多くもつことが必要

センターでは、家族関係（祖父母、父母、親子、兄弟、姉妹）、胎生期、出生時の状況、幼児期からの生活、行動状態、趣味嗜好、諸検査の実施結果等、実に多種多様の情報をつかんでいる。それは、センターが専門機関としての機能、専門性を備えているからだと思う。つまり、センターで行われているカウンセリングの専門性を明確にすることなしに、この方法での情報収集を安易に学校でのカウンセリングに取り入れることはできない。また、情報を得過ぎるとマイナスになることもあると言われた。クライアントには言語化できない自分の感情があるわけで、カウンセラーはクライアントの感情につき合っていくことが大切であると教えられた。学校現場では、生徒を理解す

---

<sup>1</sup>川崎市立東高津中学校教諭（カウンセラー研修員）

るための情報が実に多くあり、また、安易に入手しやすいために、聞いたり、見たりした情報に流され易くなり、かえって誤った理解で生徒を見てしまうことがある。

#### 4. カウンセラーの資質として

よく、教師はカウンセラーになりにくいということを聞く。どうしても、すぐ理屈を言って教えようとする態度が出てしまい、もう一段深い所の問題を生徒と一緒に考えようとしなない。われわれ教師の多くがカウンセラーになれないのは、教えようとする他に、「なぜ」ということを一緒に考えようとしなないで、すぐに生徒に聞いてしまうからだと思う。そして、実は、生徒の方も、この「なぜ」がわかっていないことが多い。教師が生徒の援助者であるという考えに立った時、まず、教師が生徒を理解することが大切である。そして、生徒を理解しようとした時、教師は自分自身がどんな教師であるかを知らなければならない。その意味で、教育相談実習講座はたいへん役に立った。リラクストレーニング、グループトレーニング、ミニカウンセリング、カウンセラーテスト、ロールプレイング、マイクロボラトリートレーニング、そして、「教育相談の考え方」、「カウンセリングマインドを生かした学習」等の講義、実習の中でカウンセラーとしてのあり方を学んだ。

##### ●カウンセラーの資質として

- ・人の話を安心して聞ける。
- ・健全な楽道家。
- ・相手にどれだけ関心を持っているか。
- ・自分自身を広げたい。
- ・立場上、相手と良い関係が作られる。

##### ●カウンセラーの態度として大切なことは

- ・場面構成（リレーションを作る）
- ・目標を決める（クライアント、カウンセラーの二人で決める。責任も二人）。方向を一緒に探り出す。
- ・気持ちを聴く。傾聴。
- ・相手の気持ちを支える。相手の気持ちを受け入れる（受容）。
- ・気長に待つ。忍耐強く時間をかけて相手クライアントと対応する。
- ・クライアント自身が解決していく気持ちを持たせる。カウンセラーがなおす、変えるのは無理。
- ・要点を聞く。繰り返しと明確化（要約、繰り返し、明確化～これらを繰り返す）。
- ・クライアントの心の動きをみる（服装も心の動きのポイント）。言葉を手がかりにする。
- ・身体全体で受け取る（うなずき）。
- ・沈黙（相手の出方を待つ。意味がある）。

##### ●注意しなければならないこととして

- ・評価するような話をしない。
- ・指示をしない。
- ・形を決めた見方、とらえ方をしない（固定概念で相手をみない）。
- ・結論を出そうとしなない。

以上、特に印象に残った言葉を記した。

実習の中で、ミニカウンセリングはたいへん勉強になった。研修員同士で、15分位、カウンセラー、クライアントの立場になってカウンセリングを行った。その内容を逐語録にし、録音したテープを聞きながら意見を交換した。15分位の会話を逐語録するのに2時間位かかり、言葉だけでなく、相槌まで記録した。実際の場面ではなかなか気づかなかったが、焦点のずれた発言をしたり、相手の話を止めるような言い方をしたり、間の取り方がよくなかったり、不用意な言葉を投げかけたり、自分の言葉の癖がわかったり等、いろいろな欠点に気がついた。カウンセリングの基本的な技法を身につける方法として効果的であった。

## 5. 受理会議の中で

受理会議では、一つ一つのケースについて、親担当、子担当より報告を受けた。その内容も、知能・学業、性格・行動、進路・適性、身体・適性、障害児、その他の教育一般と多岐にわたっており、来談者の受付での様子、申し込み書の書き方、服装、言葉使い、態度、表情、話し方、内容等細かく報告された。特に、子担当からは、遊戯、箱庭療法という心理療法の中から子どもの心理状態をくみ取った報告もあり、それらのすべての情報の中から細かく分析し、治療方針を立て、これからのカウンセリングについて検討が加えられていった。また、ドクター（精神科医）も受理会議に加わっており、専門的な立場から適切な診断やアドバイスを送っていることを知った。どの内容も、現場では日常的に起きている事柄ばかりで、大変興味深く、研究的に参加することができた。特に、登校拒否の問題については多くの示唆を得ることができた。

## 6. 事例会議の中で

毎月1回、事例会議が行われた。それぞれ自分の持っているケースの中から提案があった。自分自身も、実際に、カウンセリングの演習の中で事例の提供者になった。そのために、自分の持ったケースの過去の数回の記録をまとめている中で、面接を行っている時には気がつかなかったクライアントのちょっとした言葉の中に重要な意味があるように思えたり、なぜここでもう少し深く入り込めなかったんだろうと思ったり、なぜここでこのような話題を出したんだろうと改めて考えさせられたりしながら、話された内容がいろいろな形で焦点化されたり、疑問点が浮かび上がってきた。そして、いろいろな人から質問を受けたり、感想を聞いたり、意見を受ける中で今まで自分が考えていたことが解消されたり、整理されたりして、適切な援助の方向性やその具体的な方法を見出すことができた。その意味で、事例会議で提供された事例の内容を自分なりに分析し、解釈しながら、提案者はどのような形で報告するのだろうか、また、研究討議はどのように進んでいくのだろうかということであらう興味深く参加した。

事例会議の形式もオーソドックスなもの、スーパービジョンの形式をとったもの、そして、ある特定の人だけが発言するのを避け、ざっくばらんに話し合いができる雰囲気を出すために今までの形式を取り払って事例会議を進めるにはどうしたらよいかという所から始めたりもした。指導・助言者として教育相談の専門家の先生方も参加され、中身の濃い、そして厳しい印象を受けた。それぞれ教育相談の専門家として、事実と推測と解釈をきちんと区別され、分析されて治療方針が出された。積極的に質問が出され、事例の内容が焦点化され、整理され、心理的、医療的に分析され、

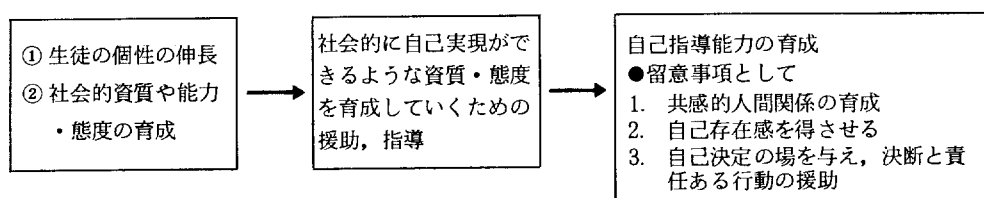
問題の核心に迫っていった。実にさまざまな見方があり、解釈があり、その一つ一つがもっともであり、いろいろ考えさせられ、たいへん勉強になった。

## 7. 生徒理解, 生徒指導の中で生かせるカウンセリングマインド

文部省生徒指導資料第20集は次の文章から書き出されている。

「生徒指導とは、本来、一人一人の生徒の個性の伸長を図りながら、同時に社会的な資質や能力・態度を育成し、さらに将来において社会的に自己実現できるような資質・態度を形成していくための指導・援助であり、個々の生徒の自己指導能力の育成を目指すものである。そして、それは学校がその教育目標を達成するためには欠くことのできない重要な機能の一つなのである。」

ここに示されているように、生徒指導が最終的に目指すものは、自己指導能力の育成である。これをまとめてみると、



自己指導能力の育成を図るための留意すべき事項は、教育相談のねらいそのものと考えられる。いわゆる表面的な問題行動への対処療法的な消極的な指導ではなく、社会的自己実現への援助、自己指導能力を高めながら受容、共感的理解の重要性を認識し、カウンセリングマインドを指導に生かす積極的な指導が生徒理解、生徒指導上大切なものとなってくる。その意味で、この一年間のカウンセラー研修はカウンセリングマインドの体験的な研修であった。

### ●カウンセリングマインドを生かした指導で大切なこととして

岸田 博先生からは

- ・生徒に対して望ましい人間関係が生まれてくるためには、教師の人柄が大切（生徒指導の基盤である）。
- ・子どもの姿がどう映っているか、どう感じるか。
- ・教師は生徒に好かれなくてはならない（そのためには自己を語る。自己をさらけ出す。自己を伝えるために表現の多様性を備えていなければならない）。
- ・教師は豊かな感受性を持たなければならない（感受性が豊かになれば知性・理性も豊かになる）。
- ・子どもが自分で行く方向を見つけ出すことができるように教師が場面作りをしてやる（そのためには聴くこと。聴くと相手の気持ちが伝わってくる。そして、その人の感じで受け取る）。
- ・相手を信用するところから豊かな人間関係が生まれる（生徒そのものを信用する）。

緑川 尚夫先生からは

- ・カウンセリングマインドは共に考える態度であり、それを生かした指導は時間がかかる（皮肉を言う、結論を考えるのは共に考える姿勢ではない）。
  - ・子どもへの教師のかかわり方としてそれが発展的であれば問題ない。
  - ・弱者を生かしていく論理を持つ（弱者に立った子どもへの関わり方）。
  - ・教育に苦痛はつきもの。子どもの訴えをそっくり、その場で受けとめる。
  - ・子どもを理解する時は、その場その場で理解する。先入観でみない。
- カウンセリングマインドの基本として
- ・誠意を持って子どもに向かう（子どもに伝わらないと意味がない）。
  - ・子どもの話を一生けんめい聞く（しっかりみてあげる）。
  - ・論理のみで聞かない（非論理を切り捨てることにつながる）。
  - ・子どもの意欲と気持ちを大切にす。気持ちをわかろうとする。
  - ・生活、活動の場面で子どもの気持、言い分をどう聞いていくか。
  - ・子どもが何を考えているか知ろうとする姿勢。
  - ・主体性を伸ばす接し方を考える。

その他、指導主事の先生方、相談員の方々からもいろいろ教示された。これからの生徒指導はカウンセリングの開発的な機能を重視し、学校の全教育活動の中でカウンセリングマインドを指導に生かしながら、生徒一人ひとりがよりよい方向に積極的に「生きる」ことができるようになるよう、生徒の持っている可能性を見出し、成長を信じながら、われわれ教師がそれを援助していくことになる。

## 8. 教育相談業務に携わって

実際にインテークを得たり、親担当あるいは子担当として相談面接の機会を得た。親との面接では、こちらから特に言葉を入れなくても積極的に話しをしてくれた。ただ言葉に振り回されているという感じで、話を聞くのに精一杯で、相手の気持ちを聴くというところまでに至らなかった。学校の現場でも、保護者といろいろ話をする機会はあるが、改めて保護者への対応を考えさせられた。解決を急ぐあまり、学校での結論をそのまま伝えたり、要求したりするのではなく、生徒に対する愛情を基盤として親と対応することの大切さ。そして親との最初の出会いの大切さ。親の悩みをじっくり聞くことの大切さ。こういったことが親との信頼関係を構築していく上で欠かすことができない。親自身の手で問題を正しくとらえるように、教師が時には、親のぐち話の聞き役になったり、世間話の相手にならなければならないと思った。

子どもとの面接では、まず子どもとの関係を作ることに努めた。ほとんど話さない子どももあり、何かを手掛かりにしながら疎通を図らなければならない。ゲーム的・運動的なことをやりながら、その時々話しかけ、相手の気持ちを聴くことに努めた。一つ一つの行動を注意深く観察していくと、それぞれにその子なりの訴えがあるように感じられた。箱庭療法という心理療法があり、実際に子どもが作った箱庭を目の前にした説明にたいへん興味をひかれた。置かれた物、置かれた順番、置かれた位置等を分析しながら子どもの感情傾向（抑圧されたもの、無意識な願望、心理状態等）を理解するのにたいへん有効であることを知った。

## 9. まとめ

今後の生徒指導の課題を、人間関係の改善と促進、望ましい習慣の形成、自己指導能力の伸長のための援助をするという積極的なものに立つならば、われわれ教師自身の変容が望まれる。よく教師が変わらなければ子どもは変わらないと言われる。「理解する」から「理解できる」教師に、相手を「知る」のではなく、「わかろうとする」ことはできる。方法はいろいろあると思うが、その中の一つの方法がこの一年間のカウンセラーとしての研修だったように思う。

数年前に、川崎市教育相談宿泊研修に参加し、その中で、立教大学の平木典子先生の話の中にあつた準拠棒（問題棒）という言葉思い出した。

《人間が言葉を使ってさまざまな考え方や複雑な感じなどを表現したり、お互いに理解し合ったりするためには、その拠りどころとなるものが必要である。それを準拠棒と考えたらよいと言われた。つまり、人間はたくさんのことを体験して、その体験に匹敵する言葉を学び、体験と言葉を結びつけて表現している。ですから、相手の話しは自分の枠組でわかっただけで、相手の枠組では何もわかっていない。そこで、カウンセリングでは、何を言っているのではなく、何を言わんとしているかが理解できなければならない。自分の枠組の中で理解できることと理解できないことがどのくらいあるかということを探し求めながら相手を援助する。》と言われた。この言葉を思い出して、一口に援助するというが、そのためには、教師自身に相当の修行が必要であると思った。自分自身を振り返ってみて、生まれてから現在までの間に培われた性格や態度というものは一朝一夕に変わるものではない。個人的な差や年齢の差はあるにせよ、変えようとする意志があれば変わるものである。この一年間で、自分がどれだけ変わったかわからないが、今後の生徒理解、生徒指導をすすめていく上で、たいへん貴重な体験をしたことに感謝申し上げたい。

### ・指導助言者

川崎市総合教育センター第四研究室指導主事 松井恭子