

教育相談の考え方を生かした生徒支援の在り方

長期研修員 山 元 俊 一

Yamamoto shunichi

要 旨

教育相談の考え方を生かし、子どもの心に寄り添うようにすれば効果的な生徒支援ができるのではないかと考え、先行文献と来所する小・中学生のカウンセリング・遊戯療法の実践を通して、生徒支援の在り方を研究した。

キーワード： 生徒理解、生徒支援、開発的教育相談、構成的グループ・エンカウンター
ソーシャルスキル・トレーニング、アサーション・トレーニング

1 はじめに

中学校の不登校生徒は平成13年をピークに減少したとはいうものの、平成17年度には全国で99,546人（平成18年度文部科学省発表）が報告がされており、出現率も36人に1人というように依然高いままである。いじめの報告件数も全体としては減少傾向にあるものの、昨年度に全国で12,794件（同省発表）となっている。その内容も昨今の報道の通り深刻化している。また、中学校での暴力行為も昨年度全国で23,115件（同省発表）報告されており依然として多い。

このように生徒指導の現状には厳しいものがあり、その背景もますます複雑化している。筆者は中学校に勤務する中で、うまく気持ちを表現できない生徒や、自分の気持ちを意識化できない生徒がいることを感じてきた。これらの生徒は不安や緊張が続き、時として反抗や逃避の形をとり、その表現が問題行動となっていたのではないだろうかとも感じていた。

生徒の心に寄り添いながら生徒を支援するにはどうすればよいかを探るために、教育相談の理論研究と来所教育相談での実践を通して生徒支援の在り方について考えた。

2 研究目的

教育相談の考え方を生かした生徒支援の在り方の考察

3 研究方法

- (1) 先行文献による教育相談の研究
- (2) 教育相談の実践とその分析及び考察
- (3) 教育相談を生かした生徒支援にかかる校内教育相談体制の在り方及び開発的な教育相談の研究

4 研究内容

- (1) 先行文献の研究

問題行動を示す生徒の心に寄り添いながら支援するには、カウンセリングの理論を抜きにしては考えられない。また会話が苦手な生徒への接し方も大切となるので、カウンセリングと遊戯療法の理論研究から始めた。

ア カウンセリングについて

カウンセリングの手法を生かして生徒の心に寄り添う生徒支援を考える時、ロジャーズが提唱

した来談者中心療法が基盤となるだろう。ロジャーズは「クライアントの内部には、建設的な力が内在しクライアントはクライアントの内面的な自己についてセラピストよりもよく知っている」という理論をもち、カウンセリングにおいてはクライアントの思いを十分に聴き取り、それを共感するという点を重視した。また、カウンセリングを行う時のセラピストがおさえるべき条件として次の3つをあげた。以下原文訳（伊藤博による）のまま紹介する。

＜カウンセリングの3つの条件＞

・セラピストの純粹性

セラピストが、クライアントとの関係の範囲内では、一致した、純粹な、統合された人間でなければならない、ということである。それは、この関係の中で彼が、自由にかつ深く自己自身であり、彼の現実の体験がその自己意識によって正確に表現されるという意味である。それは、意識的にせよ無意識的にせよ、表面的なものだけを表現することの反対なのである。

・無条件の肯定的配慮

セラピストが、クライアントの体験のすべての側面を、そのクライアントの一部として暖かく受容していることを経験しているならば、彼はそれだけ、無条件の肯定的配慮を体験しているのである。それは、受容について何も条件がないことであり、“あなたがかくかくである場合にだけ、私はあなたが好きなのです”というような感情をもっていないことである。

・共 感

クライアントの自己自身の体験についての意義に対して、セラピストが正確な、共感的な理解を体験するという点である。クライアントの私的な世界をあたかも自分自身のものであるかのように感じとり、しかもこの“あたかも……のように”という性格を失わないこと—これが共感なのであり、セラピーにとって肝要なものであると思われる。クライアントの怒りや恐怖や混乱を、あたかも自分自身のものであるかのように感じとり・しかも自分の怒りや恐怖や混乱がその中に巻きこまれないようにすること・これが、われわれがここで説明しようとしている条件なのである。（ロジャーズ 1966）

イ 遊戯療法について

遊戯療法とは、子どもを対象に玩具や遊戯を媒介にして行われる心理療法である。ロジャーズの考えを子どもへ応用したアクスラインは、子どもが本来もつ自発性を回復し、成長するのに、遊びを通してセラピーをすることを提唱した。そして、そのセラピーではセラピストが八つの基本原理を守ることが重要であると考えた。以下に紹介する。

- 1、治療者はできるだけ早くよいラポート（親和感）ができるような、子どもとのあたたかい親密な関係を発展させなければなりません。
- 2、治療者は子どもをそのまま正確に受けいれます。
- 3、治療者は、子どもに自分の気持ちを完全に表現することが自由だと感じられるように、その関係におおらかな気持ちをつくり出します。
- 4、治療者は子どもの表現している気持ちを油断なく認知し、子どもが自分の行動の洞察を得るようなやり方で その気持ちを反射してやります。
- 5、治療者は、子どもにそのような機会があたえられれば、自分で自分の問題を解決しうるその能力に深い尊敬の念をもっています。選択したり、変化させたりする責任は子どもにあるです。
- 6、治療者はいかなる方法でも、子どもの行ないや会話を指導しようとしません。子どもが先導するのです。治療者はそれに従います。
- 7、治療者は治療をはやめようとしません。治療は緩慢な過程であって、治療者はそれをそのようなものとして認めています。

8、治療者は、治療が現実の世界に根をおろし、子どもにその関係における自分の責任を気づかせるのに必要なだけの制限を設けます。
(V.M. アクスライン 1972)

ウ 教育相談の考え方を生かす生徒支援について

以上の教育相談の考え方は、カウンセリングや遊戯療法のみには有効なのではない。これらの考えを生徒理解に生かすことが生徒支援には欠かせない。

(2) 遊戯療法の実践とその分析及び考察

ア A子への遊戯療法の事例から

A子(小学校2年生・7歳)1年生5月から不登校気味。父、母、本人の3人家族。2歳くらいの頃両親が激しい夫婦喧嘩を繰り返していたこともあり、母親は家庭の中の問題も不登校の一因だと思っている。X-1年9月から母子並行面接を行っており、X年5月からA子の遊戯療法を筆者が引き継いだ。現在も継続中であるが、過去24回のセラピーを四期に分けて報告する。

【第一期、ラポールの形成】#1~#6

初日はよく動き、ローラースケートをはいて滑った。来所のたびにバレーボールを一緒にしたり、追いかけてっこをしたり、一輪車に乗ったり、砂場で一緒にトンネルを掘ったりした。

しゃぼん玉を作った時は心の底から笑っているように感じた。最初は行為を受け止めるだけの接し方であったが、銃を出してきてセラピスト(以下Th)を撃った時、気持ちを受け止めなくてほしい、『このやろー。』と言ってA子を抱き上げ回した。

【第二期、距離の形成】#7~#10

自宅から持ってきたゲームボーイを長時間やっと思えば、三輪車で追いかけてあいをして一緒に楽しんだ。そうかと思えばカードのファイルを出し、「さわるなよ。」と言ってカードの整理を一人でしたり、三輪車をThの足にぶつけたりした。シールの本を出して「これはあげてもいいねんけど。」とThの気を引きつけることもした。Thとの関係を探ることを通して2人の距離を形成していった。

【第三期、自己の開示・攻撃と代償】#11~#18

セラピーの中で住所や担任のことなど、自分ことについて話すことが多くなってきた。Thのことをたずねたり、途中行ったトイレでの便のことを話したりもしたが、#18ではボードゲームの傾きを直したThがとった行動を小学校2年生とは思えない激しい口調でThを責めた。気まずいものを感じたのか、終了時に「これあげる。」と言ってかばんから自分で描いた絵、さらに自分で書いた0のたくさんついたお札、金の折り紙を置いていった。気まずさを解消する方法として、代償を渡していると感じた。

【第四期、Thの自己開示】#19~#24

これまでのセラピーを振り返り、Thの感情も大切にしていきたいとの思いから、Th自身が“自分らしくする”ことを目標にした。気持ちに素直になって、やってみたいと思うことを、A子の様子を見ながらではあるが積極的にやっという考えた。キックボードでA子を追いかけると笑いながら逃げ始める。今までにない感覚があった。

イ A子との出会いから学ぶことと考察

これまでの経過を見るとA子とThの距離は近づいたり離れたりしている。2人の関係が徐々に深くなってゆくに連れ、A子の不安定さがよく見えるようになった。また、Thへの攻撃の後には、代償として物を渡すことが幾度かあり、このような行動もA子の不安定さそのものであるように感じた。

出会い初めは、A子の気持ちを受け止めることで精一杯であったが、セラピーを重ねるとThの感情も大切にしていきたいと思うようになっていった。感じたことを素直に返すように意識していくと、少しずつではあるがA子の対応が変化して自然になったように感じる。Thの素顔にA子がふれることができたと感じ、A子の安心感が増した結果であると思われる。

A子は小学2年生であるが、この事例から学び取れることは多くある。例えば信頼を得ることで子どもは心を開いていくこと。それがより深い信頼関係へと進展していくことである。

信頼を得るためには、教師の自己開示が重要であり、生徒と教師の信頼関係は時間をかけて形成されるものであることも確信できた。

今後も引き続き、A子の心に焦点を当てて成長を促せるような寄り添い方を追究してゆきたいと考えている。

(3) 教育相談を生かした生徒支援にかかる校内教育相談体制及び開発的な教育相談の研究

理論研究、実践を通じて、生徒の心に寄り添うことの大切さをより強く感じるようになった。

プレイルームという守られた環境で、セラピーによって明るくなってゆく子どもの姿を見て「安心できる環境」がいかに大切であるのかを感じた。また、子どもの成長を見守り支える技量は、教師全員が身につけるべきものであることも感じた。

適切な支援をしていくためには、子どもの発達段階を理解し、子どもを信じ認めることが大切である。また、担任一人が理解するのではなく、校内の教育相談体制を整備し、情報を共有して全校体制で生徒支援を行うようにしなくてはならない。問題行動を予防するという観点から、日々の実践の中で、子どもの自尊心を高めていくことの大切さも感じた。

ここでは教育相談を生かした中学校における生徒支援について考えていく。

ア 中学生の発達段階について

中学生は思春期を迎えて自我の形成への準備期である。これまでのような親や教師の価値観や基準から脱して友人の価値観に影響されるようになると同時に、青年期に向けて自分自身の価値を形成していくようになる。このような中学生の発達段階を確認した上で、一人一人を大切にすする生徒支援を考えていきたい。

イ 理論研究から考えた生徒支援の在り方

ロジャーズの言う「クライアントの内部には、建設的な力が内在している」というのはどの生徒にも当てはまる。すべての生徒の内なる力を引き出すには、焦りは禁物である。教師は自分自身の気持ちを見つめながら生徒に接するべきだと思う。その場の感情に流されるのではなく、自身の気持ちを見極めるということを大切にしていきたいと考える。そうして、子どもが教師を信頼できると感じた時、内なる建設的な力が発揮できるのだろう。

ウ 教育相談体制について

生徒の問題に気付いた時、担任はその問題を解決したいと考える。ただ、その気持ちが強いとどうしても担任が自分のクラスの子どもの問題を一人で抱えてしまうことが多い。そこで筆者は地籍校での経験も踏まえて、図1のような教育相談委員会を立ち上げることを提案したい。

まず学年会議で気になった生徒の報告を必ず行う。そして、教育相談委員会には各学年主任、生徒指導主任、養護教諭、スクールカウンセラー（SC）が入り、情報を各委員が共有し、時々刻々と変化してゆく生徒・集団について適切な支援にあたるようにする。また、生徒を理解する研修、その考え方を生かした生徒支援の方法の研修なども、この委員会が中心になって企画し、行っていく。研修の中では一人一人の生徒に焦点を当てた研修も大切にしたい。個々の教師が関わった事例をもとに、子どもを多角的に見つめ、より適切なアプローチの方法がなかったのかを研究し、指導力を高めしていく。

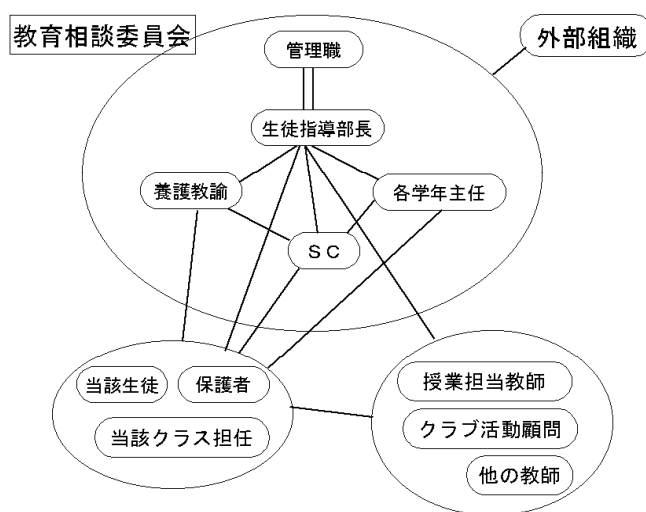


図1 教育相談委員会

エ 開発的な教育相談について

今日の少子化や核家族化あるいは都市化の進展に伴い、日常生活の中で対人経験を学ぶ機会が激減している。このような中で、意図的・計画的に開発的な教育相談を進め、生徒達の人間関係を作る力を補い伸ばすことができれば人間関係に悩む子ども達はもっと少なくなると考える。そこで、開発的な教育相談の一例をとりあげ、これらを取り入れた活動計画を考えた。

(ア) 構成的グループ・エンカウンター (SGE)

希薄となっている人間関係に視点を当て、用意されたエクササイズを行うことによって人間としての思考・感情・行動を意識化する教育の一方法である。その展開は、ウォーミングアップ、インストラクション、エクササイズ、シェアリングを柱として進められる。

シェアリングとは、わかちあいやふりかえりのことである。児童・生徒はシェアリングを通してエクササイズを振り返ることによってそこでの気付きや感情を明確化してねらいを定着させることができる。

(イ) ソーシャルスキル・トレーニング (SST)

生徒の問題行動を考える時、行動が問題だと考える前に「正しい行動を学んでいたか。」という視点で生徒を見ていくことが大切である。正しいモデルをよく見、自分の中に取り入れていくことができれば、問題行動とされる行動も起こらないとの考えから、正しいモデルを習得して、似たような場面に遭遇した時に実際に遂行をすることを目指す学習のことである。

(ウ) アサーション・トレーニング (AT)

人間関係が希薄になっているため、相手のことを考えない表現しかできなかつたり、相手に気を使ってしまうために正しく自分の気持ちを伝えられなかつたりする生徒が増えている。このような中、自分も相手も大切にしたい自己表現をすること、自分の意見、考え、気持ちを正直に素直に表現する力を育てることが望まれている。

平木(1993)によれば、自分の考え、欲求、気持ちなどを素直に、正直に、その場の状況にあった適切な方法で述べるのがアサーションであり、さわやかな自己表現を目指すのがアサーション・トレーニングである。この中には、自他尊重のコミュニケーション能力、自発的、自他調和、自他協力、自己選択、歩み寄り、柔軟な対応などの要素が含まれている。

オ 中学校における開発的な教育相談の年間計画について

以上のことを踏まえて中学校2年生の年間計画(表1)を考えた。1年を2か月ずつに区切り、5期に分けて年間の内容にした。計画では自己紹介に関わることを目的とした内容を1学期に、次の学年への展望ももたせるために集団に関わる活動を3学期に設定した。

表1 開発的な教育相談の年間計画

時期	テーマ	目 標	内 容	学校行事
4月 5月	(個人) 1年間を見通す (全体) 出会い	担任の方針のもと、生徒同士の新しい出会いを演出し、今年度の生活に希望をもたせる	・挨拶ゲーム ・先生を知る イエスノークイズ ・今日発見した君	学級開き 委員・係決定 校外学習
6月 7月	(個人) 自己を理解し受容する (全体) まとまりを作る	クラスの基本的な人間関係を作るためのまとまりを作る	・私の話を聞いて ・あなたを知りたい ・共同絵画	
9月 10月	(個人) 自己表現の活動 (全体) 集団の仲間意識を高める	改めてお互いの知らなかった部分に気付き、また自分の知らない部分に気付くことで自信・信頼の糧とする	・生活を見直そう (SST) ・感情を表現しよう ・あなたならどうする	体育祭 文化祭

11月 12月	(個人) 安心感を育てる (全体) 信頼感を深める活動	行事を通してお互いに新たな発見をし、さらなる信頼関係を深める	・さわやかな表現をしよう (AT) ・いじめはなぜ起こる	職場体験 校外学習
1月 2月 3月	(個人) 新しい関係を作るる技量を育てる (全体) 関係を深める	進路を控え、自分の適正を探る 次の学年の出会いにそなえる	・私のものさし ・10年後の私	卒業式

(エクササイズの問題は「エンカウンターで学級が変わる 中学校編」の表記に従った)

5 研究の結果と考察

筆者は現場での経験から、日々悩む生徒の力になるには生徒の心に寄り添うことが大切であると考え、その研究を進めてきた。

研究を進めていくにつれ教育相談の考え方を生かす活動は効果的であるという思いを強くした。特に生徒の信頼を得ることが大切だと思う。生徒が教師を信頼することで、生徒は自分のもつ本当の姿を教師に表現するので、教師にとっては手を差し伸べやすくなる。

生徒への支援活動を行うためには、教師一人一人が教育相談に関する力量を高めることが大切である。外部での研修を受ける方法もあるが、教育相談体制を整えることで校内研修を効果的に行えるのではないかという考えをもった。

また、生徒が本来もっている力を普段から伸ばしていくという視点も必要であると感じた。この意味では、開発的な教育相談の活動は、大変有意義であると思う。中学生の発達段階における特徴を考慮しても構成的グループ・エンカウンター、ソーシャルスキル・トレーニング、アサーション・トレーニングなどはとても有効であると感じた。

6 おわりに

理論研究と来所教育相談での実践を通して教育相談の考え方を生かすことが大切であるという考えを深めた。これからも生徒をチームとして支援する教育相談体制、生徒の可能性をより大きく伸ばす開発的な教育相談についての研究を進めていきたい。

なお、事例の記述に当たっては秘密保持の立場から、事例の本質を損なわない限りにおいて事実に加えて、本名をアルファベットで表記した。

参考・引用文献

V.M. アクスライン (著) 小林治夫 (訳) 遊戯療法	1972	岩崎学術出版
ロジャーズ(著)伊東博(訳) ロジャーズ全集第4巻 サイコセラピーの過程	1966	岩崎学術出版
相川充、佐藤正二 実践ソーシャルスキル教育	2006	図書文化社
河合隼雄・山王教育研究所(編著) 遊戯療法の実践	2005	誠信書房
栗原慎二 新しい学校教育相談の在り方と進め方	2002	ほんの森出版
國分康孝監修 片野智治編集 エンカウンターで学級が変わる 中学校編	1996	図書文化社
東山紘久 他 臨床心理大辞典	2004	倍風館
平木典子 アサーショントレーニング	1993	金子書房