

スクールカウンセリング 面談

文部科学省資料から

スクールカウンセラーは、その最も中心的な業務として面接（相談面接）を行わなければならない。この相談面接にはカウンセリングとコンサルテーションがある。面接の形態としては、1対1の個別面接から1対多の面接、多対多の面接など様々なものがありうるが、特にコンサルテーションや協議では複数の相手と面接する場合も多いので、そのような形態にも慣れておかねばならない。

さらに、スクールという臨床の最前線に位置していることを受けて、スクールカウンセラーには相談面接だけではなく、その他の多くの業務もまた求められている。

(1) 面接相談1ーカウンセリング

相談室でのカウンセリングは、スクールカウンセラーの最も大切な業務である。それぞれのカウンセラーによって、いろいろな立場、考え方があるとしても、カウンセリングが第一義的な業務であるということは譲ることができない。個別カウンセリングの第一義的な重要性を認めない考え方の臨床家は、スクールカウンセラーとしてはふさわしくない。

面接は、窓口になる教育相談担当者や養護教諭が設定するスケジュールを順にこなしていく（待機するカウンセリング）だけでなく、コンサルテーションなどを通じて、面接が必要であると認められた生徒や保護者については、積極的に面接を組み立てていかなければならないし、それを積極的には求めてはいない対象についても、どのように面接相談の場に来談してもらえるかについて、担任や担当教員と連携しながら面接を組み立てていく努力（接近するカウンセリング）を行わなければならない。

カウンセリングの枠組みー治療構造は、スクールではきちりと守られない局面も多い。そのような場合、学校や教育委員会に対してきちりとした堅い治療構造を求める努力も大切だが、現在の構造の中でどこまでの面接ができるのかを臨機応変に考えていくことも怠ってはならない。治療構造論とは、「治療の外的構造が、治療の中身に影響を

与える」という議論であって、「枠がなければ面接はできない」という議論ではないということをお忘れしてはならない。

週1回50分の、長期に継続する治療的なカウンセリングを、スクールカウンセリングの枠組みの中で実施できるかどうかは議論の分かれるところであるが、例えば生徒について放課後にそうした面接を行おうとすると、1年間のスクールカウンセラーの任期の間に、最大でも3人の生徒としか関われないということには留意すべきである。兵庫県のスクールカウンセラーの基本姿勢である救急心理臨床という側面を考えるならば、長期の構造化された治療面接を必要とすることが予測されるケースについては、外部の相談機関に依頼するという必要もある。スクールカウンセラーはそのための紹介先を持っていなければならない。

生徒のカウンセリング

生徒が相談、カウンセリングの対象であることは言うまでもない。ただし、それを完全予約制にして、すべて学校一担当教員のコントロール下におくのか、あるいは生徒が自分で相談室に出向いてくるものも受けつけるのかは、学校の教育相談の現況によって変わってくる。それについては、学校との十分な協議が必要である。しかしながら、将来の方向性としては、生徒自身が、プライバシーの守られた状況の中で、自分の意志で相談を希望し、カウンセラーがその相談を受け、そのことは守秘される、しかしながら必要と認められることは、カウンセラーの責任において学校に報告されるという相談状況が作られることが望ましい。そのためには、学校の中でスクールカウンセラーが、日々の活動を通して信頼関係を構築し、学校にとって必要不可欠なものとして認められていくことが重要である。

また、学校、保護者などによって相談の必要は認められているが、その意欲のない生徒を、どのように相談の枠組みに吸収していくかも重要である。このような場合は、積極的に生徒に接近し、生徒の面接に対する不安を取り除き、楽な気持ちで話ができるような状況を設定してやらなければならない。そうしたことを行うためには、何もなかったときの日常的な生徒との関わりが重要である。また面接室外での生徒との関係作りも重要

で、そのためには、スケジュールが合えば行事などにも積極的に参加することが望ましい。スクールでの臨床は、面接室外での生徒との関係を、面接室内での治療関係にどう反映させていくかという点で、従来の堅い枠組みの臨床とは幾分異なっているということを理解せねばならない。

生徒の授業時間中の面接に関しては、担任や学年と協議し必要と認められた場合にのみ行うことができる。カウンセラーの立場から、授業時間を使ってでも個別面接が必要であるということがあったとしても、生徒はまず第一義的に学習する権利をもっている。従ってどうしても面接が必要な場合は、その第一義的な権利に優先する緊急性、重要性があるということを、担任や学年に対して説得し、その了解を得なければならない。その了解を得ることができ、しかも生徒自身も面接を受けることに同意した場合にのみ、授業時間中の面接が可能となる。週に1回同じ授業時間に面接するということは、その時間の授業が毎回欠けることになり、それは生徒が教育を受ける権利を大きく侵害することにもなっているということを知らなければならない。

保護者のカウンセリング

保護者の面接は、担任や窓口教員が介在して始まることが多い。その介在の仕方には、保護者自らがスクールカウンセラーの情報を知って、相談内容は明らかにせず面接希望を担任に伝える場合と、担任や窓口教員が面接の必要性を保護者に説得し、それに応じて保護者が面接にやってくる場合の二通りがある。

いずれの場合も、面接内容について、必要なことを介在した担任や窓口教員に報告しなければならないが、前者の、相談内容がまだ明らかになっていない場合には、担任や学校に対する批判が含まれることもあるので、報告には注意を要する。そうした批判は、そっくりそのままの形で報告するのではなく、その批判の起こってきた経緯、問題となっている事象の全体像をよくつかみ、解決の糸口を提示するような形で報告を行なう必要がある。

後者の、説得による来談の場合は、その保護者にこのように変化してほしいとか、こういうことを説得してほしいとかの介在者の期待が込められている場合が多いので、そ

の点に注意を要する。これも問題の全体像をつかんだ上で、その期待の妥当性の評価を含めて報告を行わなければならない。

保護者の面接では、直接保護者自身の問題ではなく、子どもの問題が語られることがほとんどである。自分自身の問題ではないということで、カウンセリングではなくコンサルテーションとして問題を設定したほうが良い場合もあるが、基本的には家族カウンセリングと考えて、カウンセリングの設定で話を聞くべきである。そのときのクライアントは、親子のペアと考えればよい。

教職員のカウンセリング

教職員が自分自身のプライベートな問題に関して相談にやってきたときには、生徒や保護者の場合と同じようにカウンセリングの対象となる。このカウンセリングでは、医療機関その他の相談施設での一般成人のカウンセリングの場合と同じく、相談内容は厳しく守秘されなければならない。ただし、学校組織や児童・生徒を危機に導く危険性のある相談内容については、スクールカウンセラー自身も学校組織の一員であるので、上司である管理職に報告されなければならない。そのことは、相談の前にクライアントである教職員に告げておくべきである。

クラスや生徒のことが話題になる場合は、それが教職員自身の問題の中で出てきているテーマなのか、それとも純粹に対象としてのクラスや生徒そのものの問題なのかを区別せねばならない。基本的に、後者の対象としての担当クラスや生徒の問題は、コンサルテーションの枠組みで行われるもので、カウンセリングとは面接の進め方、守秘のあり方などが異なっている。(特に守秘については、コンサルテーションの場合は、1対1のカウンセリングにおける守秘義務より、1対多の教育公務員としての守秘義務の要素が大きい。)ただし、担当するクラスや生徒の問題へのコンサルテーションとして始まった面接であっても、その問題によって教職員自身が大きなストレスを抱え込んでおり、身体症状や、抑うつ的な症状などが見られるときは、面接をその教職員自身のカウンセリングとして設定しなおさなければならない。

新任教員は、通常以上の大きなストレスを抱え込んでいることが普通であって、配置

された学校に新任教員がいる場合は、勤務の様子を観察し、大きなストレスを抱え込んでいないかどうかよく見ておかなければならない。また、新任教員が何かのときに相談しやすいように、日常的な関係を作っておく必要がある。

(2) 面接相談 2ーコンサルテーション

コンサルテーションは、あるケースについて、その見方、取り扱い方、かかわり方、などを検討し、適格なコメント、アドバイスなどを行う。カウンセリングよりも指示的な意味合いが強く、従って対象に対するなんらかの見方、意見、コメントなどを、コンサルタントであるカウンセラーが提示しなければならない。コンサルテーションとカウンセリングを混同して、コンサルテーションの場面でただ受容的な傾聴に徹するとしたら、教職員から「なんのアドバイスももらえない」という不満が出てくることになる。

コンサルテーションの具体例としては、上記の対応が困難な様々の事例のほか、もっと一般的に臨床心理学的観点から意見を求められることも多い。

- 不登校をどう理解するか、及びそれへの対応の仕方フリースクールの意味、必要性、是非など
- その他の問題行動や症状の理解の仕方、及びそれへ対応の仕方
- 生徒指導上の問題に関する心理学的観点からの助言
- 発達上の課題に対する理解の仕方、及びそれへの対応の仕方
- 学級、学年、学校が崩壊状態になっている場合のその事態の理解の仕方、対処の仕方
- 虐待の理解の仕方、被虐待時への対処の仕方
- 災害、事件、事故などへの危機対応、心のケアの行い方、PTSD の理解の仕方
- 教職員のメンタルヘルスに関する管理職の相談

などである。いずれにしてもその場面では、臨床心理学的な観点からの適切なアドバイス、コメントが求められているのであるから、その期待を裏切らず、要求を満たさなければならない。そのためには、スクールカウンセラーは、それらの事象に対する臨床心理学的な見方に精通していなければならないし、それらに関する最新の研究成果にも精通していなければならない。

コンサルテーションの枠組みで行われる保護者との面接もある。例えば

- 友人が子供の不登校で悩んでいる、その親子にどのように対応すればよいのか
- 近隣の家で虐待が行われているようだ
- 地域に困った人がいるがどうも精神病らしい

など、直接自分の子供や家族のことではない相談が持ち込まれる場合である。このような場合も、どこへ相談に行けばよいかなど、できるだけ具体的なアドバイスができるように対応する必要がある。特に虐待などの場合は、当事者がスクールカウンセラーの勤務する中学校や担当の小学校の生徒である場合が多いので、状況を詳しく聴取し具体的な対応をしなければならない。また隣接の校区である場合は、情報をその中学のスクールカウンセラーに通知する必要がある。

その他に

- 友人が隣接する校区のスクールカウンセラーの言葉や対応に傷つけられた
- 知り合いの子供が通う学校のスクールカウンセラーは、相談室で生徒にタバコを吸わせている。

など、スクールカウンセラーへの怒りや抗議がよせられることがある。これらは、事実関係の確認など困難な局面が予測されるので、自ら解決しようとせずスクールカウンセラーのスーパーバイザーに報告することが望ましい。

(3) 協議－カンファレンス

協議（カンファレンス）は、ある事例に関して、関係者がそれぞれの立場から現状報告や関わりの現況の報告を行い、情報を共有し、その事例のそれ以後の解決に向けた対処の方向性を話し合う。事例への関わりの役割分担、連携のための動きの分担もその都度確認される。学内の生徒指導委員会、教育相談委員会などもこの協議にあたる。

コンサルテーションと違って、一方向的に専門家であるスクールカウンセラーに対してアドバイスやコメントが求められるわけではなく、その場ではスクールカウンセラー、生徒指導担当者、養護教諭、学年、担任などが、学校でのそれぞれの役割に応じて対等である。

協議の場でも、コンサルテーションの場面と同じように、カウンセラーは傾聴するだけでなくその専門的立場からの意見表明を行わなければならないが、他の立場の参加者の意見を真剣に聞くことも重要である。また、カウンセリングを実施している者についての協議では、カウンセリングの現況の報告について、どこまでが共有できる情報でどこからは守秘しなければいけない情報なのかについては、前もってよく確定しておかなければならない。守秘しなければいけない情報は最初から話題にする必要はない。

協議ではそれをコーディネートする役割が必要であり、例えば生徒指導委員会では生徒指導担当者がコーディネーターとなって協議が進んでいく。先に述べた関わりの困難な事例になどについては、スクールカウンセラーがコーディネーターとならなければならない場合もある。そのときには、窓口となる教員とよく相談し、資料の準備、各参加者への連絡など事務的な作業も行う必要がある。また、困難事例について、医師、子供センター担当者、保健センターの保健士、行政の福祉担当者、裁判所調査官など連携先となる学外の専門家を協議に参加させる場合は、前もって管理職の許可を得る必要がある。

(4) 研修・講話

スクールカウンセラーは、教職員や保護者、地域へ向けた研修、講話、講演などを行うことができなければならない。これには、情報伝達型の講話や講演形式

のもの、参加型、体験型のワーク形式のもの、参加者の発表にコメントを与える事例研究形式のものなどがあるが、そのいずれの形式でも担当できるだけの準備と力量が必要である。

情報伝達型では、例えば

- ・ 不登校をどう理解し、それにどう対応するか
- ・ 思春期の子供の特徴と対応の注意点
- ・ 幼児から思春期までのそれぞれの時期のこどもの発達の特徴
- ・ 児童虐待をどう理解するか
- ・ カウンセリングマインドとは何か

などが考えられるが、これらのテーマを与えられたときに即座に対応できるだけの準備は、普段から行っておかねばならない。

参加型・体験型では

- ・ ロールプレイを用いた傾聴練習
- ・ 描画などの作業を用いた構成的エンカウンターグループ
- ・ 動作法や自律訓練法などのリラクゼーションの体験

などがある。参加型・体験型研修については、カウンセラー自身が様々なワークを経験することで、技法の幅を広げる努力を積んでおかねばならない。

事例研究形式のものでは、少なくとも

- ・ 不登校事例
- ・ 生徒指導に関わる問題行動の事例
- ・ 特別支援教育に関わる発達上の課題を持った事例
- ・ 広汎性発達障害が想定される事例

- 小学校でのキレル子の事例
- 虐待が想定される事例
- 災害、事件、事故などによる外傷性障害の事例

については簡潔で適格なコメントが出せるように普段から準備をしておく必要がある。

いずれの場合も、専門語に偏らず、簡潔で適格な言葉遣いで、分かりやすい説明を心がけなければならない。言葉遣いが不明瞭で、しかも小さな声で、何が話されているのかがよくわからないというような評価を受けないように努力する必要がある。特に教員研修では、対象である教職員は、人前で分かり易い話をするプロたちであるということを心すべきである。

(5) 査定、診断（見立て）、調査

査定（アセスメント）

スクールカウンセラーは、心理検査を用いた査定（アセスメント）が行えなければならない。すべての心理検査を実施できる必要はないが、医療、児童福祉、司法などの、心理判定を主たる業務とする専門機関と連携して事例に対応する局面が多いので、少なくとも代表的な心理検査については、その結果の見方を知っていなければならない。

心理検査を行うときには、それが何を測定するどのような検査で、その実施がなぜ必要であるのかが、被検査者に対して告げられなければならない。インフォームドコンセントのない状態で心理検査を行ってはならない。また、心理検査の内容は、厳しく守秘されなければならないプライベートな情報であるので、その情報がスクールカウンセラーと被検査者以外には漏れないように細心の注意を払わなければならない。

検査結果は、被検査者に対して説明されなければならない。

人格検査

次のよく用いられる人格検査については、検査結果の見方について知っておいたほうが良い。

- 質問紙法 YG 性格検査、エゴグラム
- 投影法 ロールシャッハテスト
- 描画法 バウムテスト、HTP (HTTP) 、風景構成法

検査ではないが、箱庭療法における箱庭作品の見方についても、よく用いられるという意味で一定の理解があったほうが良いだろう。

発達検査

発達検査については、学校内でそれを実施する機会は少ないが、その見方については知っておいたほうが良い。とくに発達の遅滞や広汎性発達障害の判定のために用いられることの多い WISC 知能検査 (WISC3) については、知っておかなければならない。

診断、見立て (アセスメント)

診断は医療行為である。従って医師ではないスクールカウンセラーは、軽々しく診断名を述べるべきではない。特に「人格障害」、「行為・行動障害」「境界例 (ボーダーライン)」「神経症」「うつ」「精神病」「PTSD」「LD」「ADHD」「アスペルガー障害」などの診断名を、コンサルテーションや協議の場で、医師の診断なく特定の児童・生徒や保護者に対して断定的に使ってはならない。

医師であるスクールカウンセラーの場合は、面接の設定の仕方によっては診断を行うことができる (スクールカウンセリング活動そのものは医療行為ではない) が、診断を患者の了解なく公表することはできないので、やはりコンサルテーションや協議の場で、特定の生徒や保護者に対して診断名を用いるべきではない。

しかしながら、スクールカウンセラーは専門職であるので、対象となっている児童・生徒や保護者、教職員に関する、診断的観点からの見立て、アセスメントは行えなけれ

ばならないし、それをコンサルテーションや協議の場で分かりやすい形で専門家ではない教職員に伝えなければならない。この場合の情報の伝達には、対象となっている児童・生徒、保護者、教職員の人格を傷つけることのないよう細心の注意を払うべきである。

調査

スクールカウンセラーは、児童・生徒の集団に対して、ストレスチェックなどのスクリーニングのための調査、その他の意識調査を行なうことがある。この場合も、結果が漏洩することのないようデータの管理には細心の注意を払わなければならない。また、調査を実施したときには、その結果は必ず学校に報告されなければならない。

それらの調査の目的は、あくまで児童・生徒がよりよく学校生活をおくるためにその心理状態を把握するということであって、学術・研究のためではない。学術・研究のために調査を実施するときには、その研究主体が学校長および当該教育委員会に研究目的を告げ、許可を得たときに初めて可能となる。スクールカウンセラーとして実施した調査を、研究のために再活用する場合も、同様の許可を得ることが必要である。

(6) 予防的対応

スクールカウンセラーは、症状や問題行動が発現することを防ぐために、予防的対応を行なうことができる。

予防的対応 1—ストレスチェック

ストレスチェックを用いた予防的対応は、症状や問題行動を未然に防ぐために有効である。これは、簡単なストレスチェック用紙（資料）を用いて児童・生徒の現在のストレスの蓄積の程度を把握し、多くのストレスを蓄積している生徒について、予防的にカウンセリングを行い、ストレスの言語化を促し、そのストレスが症状や問題行動として発現することを防ぐやり方である。

ストレスをチェックする仕方については、資料としてチェック用紙の実例をあげてあるが（資料 5）、適切な別の用紙を用いても良い。（教職員など成人については GHQ などの用紙がある。）

予防的対応 2—ストレスマネジメント

より一般的にストレスに対処するために、授業や特別活動の時間を用いて、クラスや学校全体のストレスのレベルを低減するためのリラクゼーションを行なうというのも有効な方法である。これを行なうためには、スクールカウンセラー自身が、その時間の担当教員とともに教室や体育館などに入り、チームティーチング形式で授業に当たらなければならない。こうしたやり方も自分のスクールカウンセリングのメニューの中に入れておくことは重要である。(集団へのリラクゼーションは、危機対応時には必ず行なわなければならない技法である。)

(7) 危機対応、危機管理 (risk-management)

学校で、災害、事件、事故などによって危機的状況が発生したときには、スクールカウンセラーは緊急危機対応を行なわなければならない。危機発生時には、まずその危機の規模を的確に把握し、支援が必要であると判断されるときには、速やかにスーパーバイザーに支援を要請しなければならない。全国、あるいは都道府県規模で報道されるレベルの危機に際しては、必ずその学校の状況をスーパーバイザーに報告し、協議しつつ事態に対処しなければならない。

スクールカウンセラーの基本的姿勢

(1) 相談室で待機するカウンセリング活動

相談室で待機するカウンセリング活動とは、窓口となる教員が、面接のウェイティングリストを作成し、そのリストにあわせて学校内の相談室で次々に生徒や保護者の面接をこなしていくようなスクールカウンセリングのあり方である。一般的にはスクールカウンセラーの仕事はそのような形で理解されているかもしれない。例えば、不登校が多発する学校で相談対象者が多くいる場合には、これはたいへん重要な業務である。こうした業務が中心となる場合には、勤務する日の1日中相談室で面接をこなさなければならない場合もあり、「忙しい先生だが何をしているのかはもう一つよく分からない」といった評価を受けることもある。従って、担当しているケースに関して、担任や学年、

教育相談担当者や養護教諭などと定期的に協議を行い、何がどのように進んでいるのかなど、ケースについての共通理解をもつ努力を怠ってはならない。また、1日中相談室にいと、スクールカウンセラー自身にも、その学校で今起こっていること、たとえばいじめがあってクラスがもめているとか、生徒指導上の問題が多発して一般生徒が高ストレス状況に置かれているとかが見えなくなってしまうことも多い。仮にそんなときに重大な事件が発生すると、その問題に関してスクールカウンセラーは何をしていたのか、せつかく配置されているのに十分な活用がなされていなかったのではないかとといった批判が起こりうる。スクールカウンセラーには、何をしているでもない、ただ存在しているだけの時間、即ち学校そのものを感じ、観察する時間が必要である。従って1日の全てを面接相談のみで埋めてしまわないようなスケジュール作りも重要である。

(2) 対象に積極的に接近するカウンセリング活動

対象に積極的に接近するカウンセリング活動とは、カウンセラー自身が面接に至る状況を作り出していくような関わり方である。一般的に学校で問題となるケースは、当事者が面接を希望していなかったり、誰が面接対象者であるのかがわかりにくかったりするものが多い。そして実は、学校が一番困っていたり、一番カウンセラーの関わりを必要としていたりするのはそうしたケースなのである。例えば次のような場合が考えられる。

- 不登校が長期化し家庭訪問をしても本人に会えず、また親もあきらめてしまっており、関わりの糸口がつかめない。
- 不可解な行動が多く周りはカウンセリングが必要であるという認識をもっているが、本人にはまったくその自覚がない。
- 集団での問題行動が頻発しており、生徒指導担当セクションの対応が追いつかず、一般生徒のストレスが高まっている。
- いじめへの対応などをめぐって、保護者の学校不信が高まっていて、学校がその対応に苦慮している。

- 特定の生徒への対応の仕方で、生徒指導担当セクションと、教育相談担当セクションが対立している。
- 虐待が予想され、子供センターへの通告が行われたが、その後学校としてどのように動けばよいのかがよくわからない。
- 今までに経験したことのない新しい症状や問題行動があらわれており、どこからどう手をつけてよいのか分からない。（解離性障害、性的同一性障害など）
- 重大な事件や事故が発生したときの緊急危機対応

このようなケースではコンサルテーションや協議が重要な意味をもつ。例えば関わりの難しい不登校を考えてみよう。まずそうしたケースの中心にいて、それに関わらねばならないしその意欲もあるが、その方法がわからずに困っている担当者とのコンサルテーションの場を設定する。それは職員室の片隅でもよいし、談話室のような場所であってもよい。そこで、そのケースの困難さ難しさに十分共感したうえで、そのケースに関係する職員による協議の場を持つことを提案する。協議では分散している情報を集約し、誰がどのようなかわりをするができるのかを、もつれた糸をほぐしていくように明らかにしていく。家族に問題があり、長期に欠席している関わりの難しい不登校では、情報を分析し生徒の家族の中で、話の通じやすいキーパーソンを見つける。次に担任にその家族との連絡をとってもらう。そのあとカウンセラーがその家族に来談を促し、面接し、その情報をもとに再び協議の場で現状の分析を行う。分析の結果親の養育に問題がある場合は、生徒指導担当が子供センターなどの児童福祉にかかわる機関と連携し、また必要があれば保健センターなどの精神保健にかかわる機関とも連携しながら、総合的な観点で問題の解決を図っていく。そうした関わりのコーディネートをスクールカウンセラーが行っていかなければならない。対象に積極的に接近するカウンセリング活動とは、そのような関わりの仕方をいう

スクールカウンセリング

1. スクールカウンセリングとは

スクールカウンセリングは、児童生徒の心理的な発達を援助する活動であり、「心の教育」や「生きる力を育てる」などの学校教育目標と同じ目的を持つ活動である。米国などでは、スクールカウンセリングは専門的資格を持つカウンセラーの業務として扱われているが、在外教育施設においては、学校カウンセリングを、カウンセリングマインドを持った教員が、全ての児童生徒を対象とし、児童生徒の人間形成に関わる諸問題に対して援助していく総合的な教育活動と位置づけている。

カウンセリングは、人間の心理や発達の理論に基づく対人援助活動であり、個人の成長を促進し対人関係の改善や社会的適応性を向上させることから、様々な領域の対人援助サービスの専門家がそれぞれの場面で活用している。学校教育においても、カウンセリング心理学に基づくアプローチが児童生徒の人格形成や様々な問題解決に有効であることから、教員を中心としたスクールカウンセリング活動が実施されている。

海外で暮らす子供達とその家族は、日本国内とは異なる文化、生活習慣、言語環境で生活しており、言語取得、学習、健康、進路、対人関係などの多様な問題を抱えている。また、治安の問題や自然災害などにより危機的な事態に遭遇する可能性も高く、国内以上に地域・家庭での教育的な経験が不足する傾向があり、子供達の「生きる力」を育てることが重要な課題となっている。これらの諸課題に対処するために、在外教育施設においては、スクールカウンセリング活動に積極的に取り組むことが必要といえる。

2. スクールカウンセリングの特徴

スクールカウンセリングには、次のような特徴がある。

(1) 教育モデルによるカウンセリング

スクールカウンセリングは、原因を追及し病気を治療する治療モデルではなく、問題を抱えている児童生徒と関わり、児童生徒の問題を解決する力を引き出すことを援助する教育モデルによる活動である。

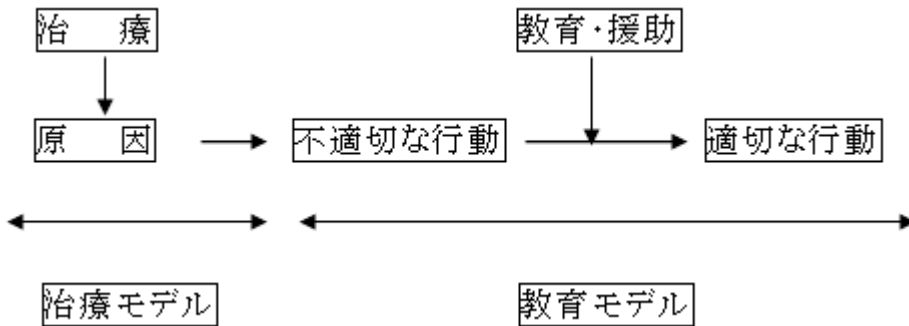


図 11 治療モデルと教育モデル

(田上不二夫 1999 実践スクールカウンセリング 金子書房より引用)

(2) 開発的・予防的・問題解決的援助

スクールカウンセリングは、開発的カウンセリング・予防的カウンセリング・問題解決的カウンセリングの援助段階に分けて考えることができる。

① 開発的カウンセリング

将来、児童生徒が自立して豊かな社会生活が送られるように、児童生徒の心身の発達を促進し、社会生活に必要なライフスキルを育てるなどの人間教育活動を行う。全ての児童生徒を対象とし、教科学習や特別活動、総合的な学習など、学級、学校全体の教育活動を通して、児童生徒の成長を促進する。

② 予防的カウンセリング

児童生徒一人ひとりについて、性格、現在の状況、ストレス、悩み、問題などを把握し、問題が発生しそうな児童生徒に予防的に働きかけ、本人が主体的に自らの力で解決できるよう支援する活動を行う。

③ 問題解決的カウンセリング

問題の発生は、開発的、予防的カウンセリングを行うことで低減されることになるが、人生を生きていく上では、様々な問題に直面する。このような問題については、カウンセリング的アプローチにより問題の解決や不適応状態からの回復を援助する。

(3) 学校教育現場・日常生活の場で行われる

学校生活の場・日常生活の場で行われるため、随時、実施する機会がある。休憩時間、放課後、行事や授業など様々な場面を利用し、児童生徒の自己管理や他者理解を

深めさせ、自己コントロール力や対処スキルを向上させることができる。

(4) 多様なアプローチが可能

対面でのカウンセリングによる個人へのアプローチは基本であるが、スクールカウンセリングでは、授業、学級経営、学校全体の取り組み、家族や友人への働きかけなど様々なアプローチを総合的に実施することで、相乗的な効果を引き出すことができる。

(5) チームによる支援

学校カウンセリングの特徴は、チームによる支援である。いじめ、不登校、校内暴力など様々な問題が発生するが、担任教員一人で抱えていても解決しないことが多い。学校全体で、あるいはいろいろな人達とチームを組み、集団の知を活用し、学校全体が一貫性のある関わりをすることで、多くの問題を解決することができる。

3. 開発的カウンセリング

開発的カウンセリングは、児童生徒の心理的な発達を促進し、社会生活に必要なライフスキルを育て、困難な問題に対処する力やストレス耐性を高める活動である。活動の視点として、「人権教育」「ライフスキル教育」「キャリア教育」などがある。これらは、生涯にわたる発達課題達成の支援であり、全ての児童生徒が対象となる。教科学習や特別活動、総合的な学習などの学級、学校全体の教育活動を通して実施する。

<人権教育>

人権教育では、全ての国々のひとり一人が、人として生きる権利を平等に持っていること、個人は自らの人生を主体的に生きる自由があるが他人の権利を奪ってはならないこと、その為に話し合いが必要であり、その結果、お互いの権利を守るために約束、ルール、法律、憲法などが決められていることなどを理解させる。

【基本的人権の児童生徒への説明例】

- ①安全である（安心・平和である）権利
- ②自分を尊重する（自信をもつ）権利
- ③自分で決める（自由である）権利

④仲良くする（友達をもつ）権利

<ライフスキル教育>

WHO（世界保健機関）は、どの時代、どの文化社会においても、人間として生きていくために必要な力があるとし、それをライフスキルと定義した。

「ライフスキルとは、日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力である。」（World Health Organization ; Life Skills Education in Schools 1994 より引用）

ライフスキルには、次の10のスキルがある。

(1) 意思決定 (Decision making)

生活に関する決定を建設的に行う力。様々な選択肢と各決定がもたらす影響を評価し、主体的な意思決定を行うことにより望ましい結果を得る。

(2) 問題解決 (Problem solving)

日常の問題を建設的に処理する力。

(3) 創造的思考 (Creative thinking)

どんな選択肢があるのか、行動の結果がもたらす様々な結果について考えることを可能にし、意思決定と問題解決を助ける。直接経験しないことを考える、アイデアを生み出す力。

(4) 批判的思考 (Critical thinking)

情報や経験を客観的に分析する能力。価値観、集団の圧力、メディアなど、人々の態度や行動に影響する要因を認識し、評価する力。

(5) 効果的コミュニケーション (Effective communication)

文化や状況に応じた方法で、言語的または非言語的に自分を表現する能力。意見・要望・欲求・恐れ の表明やアドバイス・援助を求められることができる。

(6) 対人関係スキル (Interpersonal relationship skills)

好ましい方法で人と接触・関係の構築・関係の維持・関係の解消をすることができる。

(7) 自己認識 (Self-awareness)

自分自身の性格、長所と短所、欲求などを知ること。

(8) 共感性 (Empathy)

自分が知らない状況に置かれている人の生き方であっても、それを心に描くことができる能力。共感性を持つことで、人々を支え勇気づけることができる。

(9) 情動への対処 (Coping with emotions)

自分や他者の情動を認識し、情動が行動にどのように影響するかを知り、情動に適切に対処する能力。

(10) ストレス・コントロール (Coping with stress)

生活上のストレスを認識し、ストレスの影響を知り、ストレスレベルをコントロールする。ストレスに適切に対処し、リラックスすることができる。

<キャリア教育>

キャリア教育とは、児童生徒が、自己の将来の夢、目標、希望を持ち、その実現に向け、必要な知識や技能を学び、社会人として自らの人生を主体的に生きる力を育てることである。

在外教育施設において、国際結婚による子供達の比率が高まっており、日本に帰国することを前提とする進路選択だけでなく、現地の学校に進学あるいは就職するケースも増えてきている。このようなケースでは、中学卒業後の進路を選択することが、国際人としてどのように生きていくかという人生の岐路であることがある。一方、治安や環境上の制約から生活の基本的な体験が少なく、社会体験や職業についての理解がほとんど育っていない児童生徒もいる。

キャリア教育では、

- ①生き方についての関心の高揚
- ②自己理解（欲求、適性、価値観、性格など）を深める
- ③国際社会の仕組みや職業理解を深める
- ④人生の目標など長期的展望を持たせる

⑤目標に向けての進路や実現の具体的な活動を考える

⑥自分の意思で進路を決定する

⑦必要なスキルや知識を学習する

など人生の生き方を考える教育を系統的に進めることが重要である。

在外教育施設で培われた国際的な経験は、将来大きな成長の糧になると考えられるが、日本社会は異文化や個性を尊重する精神が育っていないため、これらの体験を否定的にとらえる傾向がある。このような国際的な環境で育つ児童生徒のキャリア教育は、派遣教員自身が国際理解・現地理解を深めるとともに、キャリア意識を持ち実施していく必要がある

<対話のある教育>

対話は、自立した個人と個人の対等な相互尊重、相互理解による協働活動である。対話を通じて、自己理解、他者理解が深まる。話を聞くことは、相手の存在を認め尊重することであり、理解することは、自分とは異なる考えを受容することである。話すことは、自己を尊重する行為であり、話を傾聴し受容してもらう体験は、自己信頼感・他者信頼感を育てる。対話により、意識のレベリングが行われ、協働作業が可能となる。また、相互尊重の対話により創造的な思考が活性化する。

教育における対話には、次の種類がある。

①自己との対話：自分の考え・感情を纏める・ひらめき・気づき

②2者間の対話：2者間での話し合い、児童生徒と教員とのやりとり

③グループ内対話：小集団での話し合い

④グループ間対話：異なる文化・立場のグループ間での話し合い

⑤全体対話：大規模な集団全体での対話

対話のある教育には、次の効果がある。

①存在の確認：居場所が与えられ、承認される。

②主張／表現：自分の意見を主張・表現する場である。他者が意見を主張・表現する場である。

- ③理解／受容：自分の意見が理解・受容される場である。相手の意見を理解・受容する場である。
- ④意識の共有化：対話のプロセスは、お互いの意識の相違点を明らかにし、相違を認識した上での協働作業を可能にする。
- ⑤知の創造：話す時に意識化が起き、考えの結晶化が進む。異なる価値観、考えが刺激となって新たな連想、発見が生まれる。相互作用が進展し対立は新たな知に統合される。よい対話は、創造的思考を促進する。

4. 予防的カウンセリング

「対処できないと予想される生活環境ストレスがある」「緊張や不安が強い」「不登校傾向がある」「不定主訴がある」などそのまま放置しておくとも問題の発生が予測される場合には、個別的な配慮が必要となる。予防的カウンセリングは、児童生徒の話を良く聴き、児童生徒の気持ちを理解するとともに、児童生徒を取り巻く環境・状況を正しく把握し、適切なアドバイスやスキル教育、環境（学級や家庭など）調整などを行い、問題の発生を未然に防いでいく。ラポールの形成と情緒的な支えが重要であり、スモールステップでスキルアップを行い、自己肯定感を高めていく。

問題点や原因を指摘するのではなく、どのように解決したいのか、解決に役立つリソースは何か、具体的にできる行動は何かを共に考え、実践する中で、自信を育てていくことが問題の発生を未然に防ぐことになる。第2章「Ⅱ ストレスへの対処」などが役に立つ。身体的な訴えや症状がある場合には、休息や睡眠、栄養、運動などの身体の基本的な習慣を整えるとともに、各種リラクゼーション法を実行することで、心身の回復が促進される。

個人の対処能力や解決法で対処できない課題に直面した場合に、一人で問題を抱え込まないよう気軽に相談できる体制を事前に作ることが大切である。その為には、日常的な関わりの中で信頼関係を構築することが基本となるが、担任には相談できない問題もあり、相談箱の設置、相談日の設定など、気軽に相談できるシステムを考えることが必要である。また日常から児童生徒を良く観察し、授業時間以外の時間帯（休

憩時間、放課後、家庭や休日など)で起きていることも把握するように心がけることが大切である。

5. 問題解決的カウンセリング

問題が発生した場合は、①本人の訴えを良く聴き、本人の気持ちを支えることが基本となる。また、②本人だけでなく関係する人達からも情報を収集し、事実関係や問題の発生と継続させる要因を検討する必要がある。しかし、問題の原因が明らかになっても原因を取り除けるとは限らない。③本人の肯定的側面、うまくできていること、解決したい気持ちに焦点をあて、④達成可能な肯定的目標を設定することにより、⑤自信ややる気を引き出しつつ、⑥解決に向けた具体的な行動を援助していく。

問題解決には、個人に対するアプローチだけでなく学級や家族などの本人を取り巻く環境へのアプローチも重要である。その環境づくりのためにも、チームによる教育相談の体制を構築することが望ましい。

<チームによるケース会議>

児童生徒の全体像や取り巻く環境について正しく理解するためには、児童生徒にかかわる人達の情報を総合的・多面的に検討する必要がある。

また、その問題解決についても、一人での発想には限度があるが、チームによるケース会議を行うことにより、集団の知により、より良い解決策を見出すことができる。また、学校・教職員全員の一貫性のある関わりは、児童生徒の心理的混乱を低減させ、相乗的な効果を生み出す。

<ストレスマネジメントの活用>

問題の予防やその解決に、ストレスマネジメントのアプローチは効果的である。ストレスマネジメント教育により当事者が問題とその影響を理解できる考え方を持つことで、セルフケアが可能になる。多様な問題や複合的な要因の影響について客観的に検討し、日常の生活、教育活動の中で実践可能な方法を見出し、実践していく。

<専門機関との連携>

外部機関・専門機関との連携、地域や保護者会などの協力者の依頼など、問題解決のためのネットワークを構築しておくことが必要である。情報インフラ整備の進んだ地域では、インターネット、E-mail や国際電話を利用して日本国内の専門機関との連携も可能である。

6. カウンセリングのプロセス

カウンセリングのプロセスは、対話や関わりを通じて進展していく。この目に見える対話や出来事と平行して、本人の心の中には内的な作業のプロセスが存在する。カウンセリングのアプローチは、この本人の内的プロセスの変化に焦点をあてた対話を行っていく。本人自身が、自分自身のことを振り返り、自己理解を深め、問題解決に主体的に取り組み、自己成長へと向かう内的変化を促進することが、カウンセリングの本質ともいえる。カウンセリングでは、おおよそ次のようなプロセスが展開されていく。

(1) リレーションづくり

援助者と援助を受ける者の間に信頼関係があることが前提となる。信頼関係のある人間関係、すなわち本音で語りあえ安心できる関係の中でカウンセリングのプロセスが展開されることになる。

「話を最後まで聞こう」「相手を理解しよう」「相手を認めよう」「気持ちを支持しよう」という積極的な尊重の気持ちをしっかりと持ち、それを態度で表現することから信頼関係が形成される。

日常の教育活動の中で、教師と児童生徒間の信頼関係を構築しておくことが大切である。初対面の関係の場合は、このリレーション構築からカウンセリングが開始される。

(2) 問題の解決に向けての共同作業

当事者が困っていること、解決したいと願っている訴えや気持ちをしっかりと聴き、当事者の問題を解決したいという気持ちを確認し、当事者の主体的な解決に向け

での取り組みを援助したいと思う気持ちを伝え、問題の解決に向けての共同作業に入っていく。

(3) 事実や問題の理解を深める

問題解決に向かうには、事実や問題のあり処を明らかにする必要がある。個人面接での聴取、行動観察、保護者や友人など周囲を取り巻く人達からの情報収集、心理テストなどから、

①本人がどのような気持ちや考えに基づいて行動しているのか

②周囲の人達はどのように考え接しているのか

③問題を継続させている要因は何か

④うまくできていることは何か

などを確認していく。

カウンセラーは、本人の気持ちを受け止め、事実や状況を振り返りながら、問題を一緒に確認し整理していく。このような共同作業をすることで、本人自身の自己理解が深まり、次第に問題解決に向かう気持ちが高まってくる。

(4) 目標を明確にする

しかし、問題の原因が明らかになっても原因を取り除けるとは限らない。本人の肯定的な側面、うまくできていること、解決したい気持ちに焦点をあて、将来の求める姿や解決できた状態・ゴールを明確にしていく。「どのようになればよいか」などの質問により、本人が解決したい最終的なゴールや目標を明確化することを援助する。

このような理想の状態が長期的な目標である場合は、達成可能な小目標を一緒に考えていく。「今までうまくできていたことはないか」「活用できるリソースはないか」「より良い方法はないか」などを検討し、自信ややる気を引き出しながら、解決に向けて具体的な行動を明確化していく。

(5) 行動を支援する・環境を修正する

新たな行動計画を実行してみる。勇気づけ、励まし、スキル学習が必要となる。また、目標を達成できるよう、環境の調整が必要となるケースもあるが、最初の成功体験が次なる挑戦の契機となるため、無理をせずにしっかりと支援することが大切である。その結果、うまくいっている行動はほめて継続していく。また、うまくいかなかった行動は止め、新しい行動に切り替えて実施していく。

成功体験やうまくできている事実をほめることは、自己肯定感、自己コントロール感を高め、ストレスの脅威を低減し、ストレス耐性を向上させ、問題を克服する気持ちを育てることになる。