

スクールカウンセラーとしての成長 —「内なるテーマ」を持つこと—

京都光華女子大学大学院心理学研究科 徳田仁子

【はじめに】

札幌学院大学心理臨床センターの開設25周年、および新札幌キャンパスへの移転おめでとうございます。新しい地での新しい出会いがさらにセンターを活性化させてくれるのではと思います。私は2000年4月～2006年3月札幌学院大学臨床心理学科に勤務させて頂きました。臨床心理学研究科開設10周年・心理臨床センター開設15周年号の折に書かせて頂きましたように、江別の自然に包まれた校舎には様々な思い出がありますが、今後は新札幌の地に移り、センターがどんな意味深い空間になっていくのかがとても楽しみです。

2016年、日本心理臨床学会第35回秋季大会広報委員会企画シンポジウムにて「心理臨床家の成長とは」というテーマで様々な領域の方が集まって話し合う機会がありました。その内容をふり返りながら、スクールカウンセラーとしての成長について少し考えてみたいと思います。

【心理臨床における枠ということ】

私がスクールカウンセラーとして勤務し始めたのは平成9（1997）年、札幌市の2校の中学校で、私にとっても初めての中学校、中学校にとっても初めてのスクールカウンセラーでした。最初、学校という現実原則重視の生活の場に入りこむスクールカウンセリングと伝統的個別臨床との違いに戸惑いました。その時、一番気になったのは伝統的個別臨床で重視する「枠」の問題です。この「枠」とは、とすれば日常の現実原則に押しつぶされそうになっている「こころの自由な表現」を保障するために必要なものであり、「こころの変容の器」を守るために必要な境界をつくるものと捉えられます。それゆえ、伝統的個別臨床では

「時間」と「空間」は厳密に守られています。

大学院時代の私は遊戯療法で臨床実践を始めましたが、なぜかプレイルームに入りたがらない子や時間になってもなかなか終われない子と出会うことが多く、「枠を守ること」の課題に大いに悩んできました。私の中では、不用意に「枠」を広げてしまうと、せっかく、子どもが「枠をはみ出そうとする」行動で表現している本当の意図や感情が捉えられなくなってしまうと感じました。つまり「枠」にまつわるせめぎ合いや揺らぎに心理的葛藤があると捉え、それをしっかり掴めるまでは「枠を守ること」にエネルギーを注いでいました。

一方、私の遊戯療法のスーパーヴァイザーはとても器の大きい先生で「どうしてもプレイルームに入れない子どもの場合は建物全体をプレイルームと考えたらよいのでは？」とか「直感的にこれが良いと思うことを大事にしたら？」など、懐の深い発想でアドバイスを下さっていました。そのうち、「守るための枠」というよりは、「受け入れるための器」が新たな課題となっていました。今思えば、私自身の受け入れる器を大きくするという課題の途上で出会ったのがスクールカウンセリングでした。

【スクールカウンセリングの実践から】

中学校のスクールカウンセリングの中で、最初は学校の流れである現実原則の中に入りながら、個としての成長を重んじる臨床心理の視点をそこで生かすにはどうしたらよいか探ることを意識していました。教師の教育実践の中に臨床心理との接点を見つけることから始め、相談室登校の不登校の子どもに教師と一緒に関わることを意識しま

した。子どもの問題に対する「見立て」を教師と共有できていると子どもの主体性を重んじる方向へ教師の関わり方が変化していくことも実感しました。主に不登校の子どもたちとの出会いで学んだのは、彼らが抱えている様々な生き辛さや対人関係の困難の元になっている感情のもつれは、日常場面のごく近接領域に、些細な事柄のように現れているということでした。

たとえば、不登校の子がたまに登校した時にクラスメイトと喋ったり部活動に参加したりしていて、担任から見ると「ごく普通」に見えることがあります。ところが次の日は朝起きられず登校できなくてまた何日か過ごしてしまうことも多く、客観的に見ると生徒のやる気のなさが問題の根本のように見えてしまいます。「倦怠感とやる気のなさ」確かにそれが問題です。おそらく、自分自身を上向きの気分に乘せて登校するだけでも大変な上に、登校した後はクラスの中でクラスメイトとのやり取りがスムーズにいくように、周囲の反応にアンテナを張り巡らすなど相当な努力をして「普通」を保っているのではないかと思います。そのような子どもは、登校するだけで相当消耗しているので次の日までエネルギーが持続しないとも考えられます。ここで担任に子どもの問題の「見立て」を含めてどのように説明するかがコンサルテーションとしての要になります。たとえば担任が「人間関係は普通だけど意欲が続かない」と感じているとすれば、担任の感じ方も受け入れて、「今はやる気が出ないかも知れないけれど、対人関係が本人の意に沿うような形で少し動けばやる気が引き出されるかもしれない」と伝えて、担任や友人の力を借りることを工夫したいものです。

【進路決定期のチャンス】

特に中学校3年生の進路決定の時期は子どもの内省を促進するという意味でも大きなチャンスになります。スクールカウンセラーとしては生徒が「本当にしたいことは何か」を見つけることを目標にして、あきらめずに目の前のことから少しずつ取り組んでいくことを支えたいのがこの時期です。個別面接の場では、子どもの自由な自己表現を重んじる姿勢がとても大事だと思います。子

もたちの中には本当に言いたいことがなかなか言葉にならないことで悩んだり、言葉になったとしてもそれを隠しながら表現することがよくあります。そしてその表現の多くは「〇〇は××ということなの？」とか「△△って変？」と質問の形で表れることも多いようです。

ある中学2年生の男子中学生が不登校の問題を抱えてお母さんと一緒に相談室に来た時、スクールカウンセラーが母親面接をしている間に、ケント紙でロケットが飛び出すようなカードを作ってくれたことがあります。彼は自作のパソコンを作るほど機械に詳しいようでしたが、友人関係では感情のコントロールがうまく行かなくて、たまに登校して行事に参加しても、その後はしばらく休むといった生活でした。スクールカウンセラー（筆者）が「いつかロケットを作れるとよいねえ」と話すと彼は「ロケットじゃないけどロボットなら」と呟きました。お母さんに聞くとロボット制作の大会に出るということが分かりました。担任に伝えると担任がその大会を見に行ってくれ、そこから担任と男子生徒との交流が始まり生徒の再登校に繋がりました。紆余曲折の末、欠席日数が少しずつ減っていましたが、中学3年の進路を考える時期には科目の出来不出来に凸凹があることが問題になっていました。彼が部活動に対する憧れをずっと抱いている様子から、部活の顧問に夏休みの部活動への参加を勧めてもらいました。彼は一日も休まず練習に参加しました。そして2学期からは授業と部活に参加できるようになり、部活では「復活君」というあだ名で呼ばれ本人もまんざらではなさそうな様子で対人関係が安定していきました。勉強にも意欲的になり、工業系の高校・大学に進学した後、仲間と一緒に起業するなど活躍している様子です。

このケースのように、出会った子どものちょっとした心の表現を取り上げて、タイミングよく、そして黒子のように支える感覚が重要だと思います。

【スクールカウンセラーとしての成長】

最初にスクールカウンセラーとして学校に入ってから、約25年の間に、私は中学校5校、高校2

校の勤務を経験しています。学校臨床は本人や家族の問題だけではなく、学校や地域といったコミュニティを見立てながら行うことが必要となりますが、ある学校では常識だったやり方が別の学校ではそうではないということも多いものです。特に不登校生徒の別室登校や適応指導教室の進め方などは学校や地域によってずいぶんやり方が違います。しかし、私はどんな条件であっても心理的援助の基本である「子どもの心情を理解し、前よりも少しでも生きやすくなるように支援すること」をスクールカウンセリングの目標にしたいと思っています。

中学校では相談室で待ち受けるやり方だけではカウンセリングに繋がらない場合も多いので、置かれた場に相応しい工夫が必要になります。たとえば担任から気になる生徒についての相談を受けた時、授業参観などで実際に生徒の様子を見て「見立て」に繋げることもその一つです。また、中学校の不登校生徒については、担任の放課後登校や家庭訪問に同行したり、高校受験準備のための面接練習を引き受けたりするなど、子どもが少しでも自分自身を理解することに繋がるような関わりをしたいものです。

こうして、カウンセリングに繋がる条件を整えていますと、最初は「外側の枠」を整えることが大事だと思っていましたが、実際には「外側の枠」だけではなく、「内側の器」も大いに関係していることに気づかされます。各地域や学校、家庭そして子どもたちを取り巻く環境は様々ではありますが、スクールカウンセリングで取り組む課題にはいくつかの共通したテーマが浮かび上がってきます。

- ① 子どもの内省促進的支援に関しては
 - ・クライアントをより深く理解すること
 - ・実際にどう動いたらクライアントが受け入れやすいかを考慮しながら実践すること
- ② 子どもの関係育成的支援に関しては
 - ・教師にどのように伝えたら子ども理解が深まるかを直感的に判断すること
 - ・教師の関わりが子どもにとってより適切になるように一緒に検討し、その教師にとっても的確で無理のない形で実行するように

支えること

- ・学校と家庭が車の両輪として子どもを支えるように保護者の協力を得ること

これらの課題は、スクールカウンセラーとしての器を広げるという内的テーマでもあると考えられます。そしてこのように自分にとっての「内なるテーマ」とは何かを節目ごとに意識しておくことは、臨床家としての成長にとっても有益だと思えます。

【SCの未来を創る会（仮称）について】

2020年、スクールカウンセラーの公認心理師・臨床心理士その他の方々からなる「SCの未来を創る会（仮称）」が発足し、この2年間で「キックオフミーティング（2020.11）」「自主シンポジウム（日心臨学会2021.9）」「第1回全国SC研修会（2022.1）」の3回の学びの機会を得ることができました。この会はスクールカウンセリングに関する情報交換や情報共有、意見交換や相互研修会などを通して、スクールカウンセラーの資質の向上を目指し、未来を担う子どもたちの役に立つことを目的とした全国組織です。まだメール会員が350名程度の小さい会ですが、基礎資格を越えてすべてのスクールカウンセラーのプラットフォームになるように育てていきたいと考えています。そしていずれは、各スクールカウンセラーが様々な問題解決とともに内的テーマに取り組むことができるようにサポートしたいと思っています。

近いうちにホームページができ、組織としての活動が本格化する予定です。スクールカウンセラーの方はもとより、大学院生等これから目指す方も歓迎します。ぜひ一緒に活動しましょう。お問い合わせはscmirai2020@gmail.comにお願いします。