

スクールカウンセラー活動を通して児童や生徒を理解する

Understanding the pupils and the students through the school counselor activity

中野 明人

はじめに

スクールカウンセラー活動をして5年間が経過した。本活動を通して、子どもたちや保護者、そして教職員と関わることで、子どもたちを理解するうえでの有益な視点をたくさん教えてもらった。本務は短期大学の教員であるが、現代の子どもたちを理解するうえでも、これまでの5年間は大いに役に立っている。

本論文では、スクールカウンセラー活動を通して学んだいくつかある視点のうちの一部を紹介する。

1 スクールカウンセラー活動について

①小学校におけるスクールカウンセラー活動

中学校配置を基本とするスクールカウンセラーであるが、筆者の場合は、1年目から小学校にも配置をされている。

小学校では自発的な来談は件数としては多くはない。集団面接をきっかけに相談につながるケースや、先生に勧められて相談に来ることがほとんどである。しかし、平成21年の4月に4年目を迎える現任校では、スクールカウンセラーの存在が定着したことや、集団面接を重ねることで、相談することに慣れた子どもたちが自発的に相談に来るようになった。

小学校3年生以上を全員対象として、グループ面接を年に2～3回実施している。¹グループ面接を基本としながら、個人面接を希望する児童には、そのあと個別面接をすることも可能としている。

年度当初はグループ面接がほとんどであるが、2回目、3回目と回を重ねるうちに、個人面接を希望する児童も増える。グループの規模は3人～5人とクラスの数により異なる。グループ編成はクラス担任に任せるが、クラスでの班編成を基本とする場合がほとんどになる。

相談の内容はさまざまである。しかし、共通していることは、個人面接をする児童は、そのことを通して「何か」を私たちに伝えてきているということである。

ある児童は、ずいぶん前に友だちからからかわれていることを相談にやってきた。テレビで流行した言葉を投げかけられ、傷ついたという内容であったが、まずは「誰かに言えた」ことで自信をつけ、その次にはからかう相手に自分の言葉で気持ちを伝えることができた。それでずいぶんクラスの中で居心地がよくなったという。しかし、この児童の場合は、そのことだけを伝えたかったわけではなかった。実は、お父さんが仕事が忙しくほとんど会話していないことや遊んでいないことを、そしてお母さんは生まれたばかりの下の弟のお世話が大変でかまってもらえないこと、そして一番

上のお姉ちゃんも弟妹の世話に追われ余裕がなく、結局自分がいらいらのはけ口にされることナドを伝えたかったと、後日教えてくれた。最初の内容だけに着眼すると、校内での人間関係に終始してしまうが、学校が楽しくないのは、実は家庭での家族関係に大きくされるということも少なくない。

当該小学校では、困った時に誰かに相談することや自分の気持ちを伝えることは悪いことではなくむしろ良いことであるということ、相談できる人や気持ちを伝えることができる人は弱い人間ではなく強い人間であるということを理解してもらうことを継続目標として取り組んでいる。4年継続すると、当時3年生だった児童も6年生になるまでに、何度も集団面接や個人面接を行うので、「気持ちを言葉で伝える」ことに慣れてくる。

またグループ面接を有効活用することで、必ず全員に自分の存在を理解してもらうために、他人の前で発言をしてもらえる。選択性場面か黙る児童が属したグループの場合は、クラスの仲間の手助けにより、最小限の言葉を引き出すことも可能になった。全く発言をしない児童はおらず、逆に回を重ねるごとに周囲に聞いてもらいたいという児童が増える。相手の話をきちんと聞くという作業は、実際の子ども同士の中では育まれにくいのが、このグループ面接を通して「話の聞き方」を学んでいることも、1つの効果として指摘できる。

2年での交代を原則とするスクールカウンセラー制度の弊害が、「慣れたところに転勤になってしまう」ということであったが、ある程度長期に渡って勤務することで、より効果的なスクールカウンセラーの活用につながったといえよう。

それ以外にも、保護者自身の相談も年々少しずつ増えている。カウンセラーの存在に対する理解もなかなか定着しにくい土壌が日本にはある¹⁾が、さまざまな活動を通して、カウンセラーの存在が定着したときに、「勇気を出して」相談しようと思う保護者や「気軽に」相談しようと思う保護者が増えたのであろう。これも「長期」のもたらす利点であるといえよう。

次に小学生やその家族の特徴についてふれる。

～小学生の特徴～

1) 毎日の生活が忙しい。特に、小学3年のころから、塾だけでなく習い事(スポーツ活動を含む)で疲れ切っている子どもたちが少なくない。肉体的な余裕がなくなると、それによって精神的なゆとりも奪われる。背景としては、親や祖父母の過剰な期待が考えられる。有名な学校に進学することで将来が約束されると考える大人の存在は今も昔も変わらず、また、少子化で少なくなった子どもたちに過剰に期待せざるを得ない親が増えているのかもしれない。また、小学生の頃までは、親の期待に応えることで自分の存在価値を確かめるので、どうしても過剰に適応してしまいがちになる。

2) 親が問題を抱えている。子どもの特徴とはいえないが、親が問題を抱えているがゆえに、結果として、その影響を子どもたちが受けるケースが多い。その内容も多岐にわたるが、特徴的なものとしては2つ指摘される。1つは病気の問題であり、特に精神的な病を抱えているケースが少しずつ増えている。もう1つは、両親の離婚、不仲やそれに付随する問題である。子どもが自分たちの将来に大きな不安を感じたり、家庭内における暴力などを見たり、自分自身も経験することで傷つく場合もある。問題を複数抱えるケースも、まれではあるが、そのような場合は、さまざまな機関との連携が求められる。

3) 子ども自身のコミュニケーション能力が欠如している。相手がどのような反応をするのかを予想(想像)できずに(しないで)思いついたことを口にする。コミュニケーション能力の欠如は、子どもたちだけの問題ではない。よりよいコミュニケーションのとり方を上手に伝えたり、教える

ことができなかつた大人の責任もある。また、発達上の問題として、こういったコミュニケーションの障害を持つ子どもたちについては、早い段階で気づかれるようになりつつある。「困った子」「わがまま」「親の愛情不足」などといった表現でくくりにされてきた子どもたちも、近年の発達障害の理解の広まりにより、早い段階で気づかれるようになり、能力を向上させたり改善させるための取り組みも行われるようになったことは良い傾向であるが、子どもたちのコミュニケーションのやり取りを詳細に観察することが求められるため、忙しい教員や保護者にはなかなか難しい面もある。

②中学校におけるスクールカウンセラー活動

中学校ではグループ面接を実施しておらず、「コーディネーターの養護教諭に直接申し込む場合」や「クラス担任を通じて申し込む場合」などの自発的相談と、クラス担任や養護教諭に勧められての相談に来る場合とだいたい半々である。不登校傾向や怠惰傾向の生徒が相談に来る分にはまだつながるのでいいが、完全不登校や子どもの非行に関する相談などは、保護者がどうにもうまくいなくなり、最後の手段として相談に来るケースが多い。

また、前述したが、発達障害を抱えた子どもの保護者の相談も増えてきた。小学校の段階よりもより気づかれやすく、特別支援につながるケースも増えている。

中学生の相談の場合、女子の相談は人間関係をめぐるものが多く、同性間のいじめ的言動ものもあれば、異性によるいじめ的言動もある。

また、時々家庭での人間関係について相談に来る場合もある。不仲や別居、離婚、死別などさまざまであるが、家庭が「安心できない」「落ち着けない」場所となっている。そんな状況でも学校に何か目的や目標が見いだせれば救われるが、やはり生活の基盤となる家庭が安定しない限りはどこか限界があり、次第に学校でも人間関係などでこじれるケースも珍しくない。

保護者の相談は、ほとんどが不登校に関する、母親からの相談であり、次に発達上の障害などについての相談が続く。

不登校については、かなり長期化するケース（最長の場合まるまる3年間近く）もあり、不登校の生徒を抱える保護者の精神的な負担は大きい。不登校の場合、家庭訪問をしない限りなかなか会うことができないので、基本的には保護者を支えることに徹する。ただ、不登校の相談を受けたケースのほとんどは、高校受験をきっかけに大きく変化する。受験を決意し、逃げずに乗り越えることで、自信を取り戻し、卒業式に出席したり、高校進学後に新しい学校生活を契機に学校に戻っていくケースも多い。中学生にとっては高校受験はある意味初めて経験する人生の岐路であり、避けることのできない、生まれて初めての荒波である。高校受験をきっかけに大部分の生徒がまた学校という現場に戻ってくることを考えれば、高校受験の意味はとても大きいといえる。

中学生やその保護者の特徴についてふれる。

～中学生の特徴～

1) 過剰な親の期待に息切れするいい子たち。特に成績が優秀な生徒の保護者の中には、わかっているけどどんどん子どもたちを追い詰めている人も多い。生徒会の役員をしてみたり、小学校から勉強にがんばってきた生徒たちが、高校受験をゴールとして息切れしたり、その手前で息切れしたり、高校に合格した後に目標を見出せず、いろんな面で意欲を失ってしまう。この「いい子の息切れ」は、特に進学校を目指す生徒に見られるのが特徴的である。とにかくがんばることだけを期待され、それに必死に応えようと最大限の努力をするのであるが、ゴールの見えないマラソンほどきついものはなく、どこかで燃料が切れたように元気・やる気・意欲を失ってしまう。適度な休養や、ゆとり

のある考え方を身につけることで、徐々に回復することができるが、中には、回復が難しく、不登校や引きこもりになるケースもある。こういった場合は、子どもと話をすることも難しいので、保護者といかに向かい合うことがスクールカウンセラーとして大切な役割となる。間接的に子どもたちと向かい合うために、しっかりと保護者を抱え、保護者にゆとりを与え、保護者の考え方に幅広さを与えることで、時間はかかるが、回復に向かうこともある。

2) 傷つきやすい生徒が多い。一方で、極端に「傷つくこと」を恐れる生徒もおり、恐れるあまりにストレスが増えていく。何に傷つくかについては、一概言えないが、先生や保護者の一言であったり友人の言葉や態度の中で、どこかに傷つき、引きこもる。元々、どこか自信のない子どもたちが、ちょっとした周囲の言動に反応してしまうケースが多いが、やはり、基本となる自己肯定感がないことが大きな原因であると思われる。子どもたちのいろんな面を、親や先生といった私たち大人が認めることが出来ずに、ついついマイナスの部分（出来ないところ、不十分なところ）だけを取り上げて子どもたちを否定したり、無理やり改善しようとする、とどんどん自信が無くなってしまふ。時には心の傷になってしまうこともある。

3) 家庭環境に大きな問題がある子どもたちも少なくない。ちょうど中学生を子どもに持つ親の世代が、社会的に一番きついポジションにある年齢にあることも要因として考えられる。がむしやらにがんばってきた30代を超え、40代になると自分自身の評価もある程度できるようになってくる。リストラや減給、単身赴任など、お父さんやお母さんを取り巻く環境は近年悪化の一途である。親がゆとりを奪われると、子どもたちにゆとりを持って接することができなくなるのは、ある意味仕方ない部分もある。離婚率が少しずつ上昇する中、養育環境に悪影響が及ぶこともある。なんらかの事情で、朝晩のご飯も満足に食べない子どもたちがいたり、親の仕事の都合で親子のすれ違いが多く、ほとんど子どもたちだけで生活しているといってもいい家庭もある。

また環境として、長期にわたり親、特に父親が不在な場合（出航や単身赴任）などにおいては、母親の不安定さが子どもたちに影響を与え、それが登校しぶりや不登校につながったケースも。あらためて家庭の意味が大切であることがわかる。

4) それまで水面下にしか見えなかったいじめの存在が、一気に表面化する。いじめにいたる原因はさまざまだが、実にいろんなことがきっかけでいじめがうまれる。「成績がいい」、「体格（他人より大きい、小さい）」、「家庭環境（裕福である）」、本人特有の癖などがきっかけとなることもあれば、力の強い生徒により、周期的に誰かがターゲットにされる形でいじめが広がることもある。後者は特に女子の場合に多く、特別な理由はなく「ある日突然」ターゲットになってしまふので、ターゲットにされた生徒は対処の仕方がわからず困惑する。そしてそれを見ていたターゲット以外の生徒は、「次のターゲット」なることを恐れ、強い子に従わざるをえない。このようなケースは、中学校でいきなり経験するのではなく、小学校の高学年で初めて経験した生徒も多い。

5) リストカットなど自傷行為が広がる。「死にたい」という悩みは小学校ではほとんど見られないが、中学校になって増える。一種の流行的に広がりを見せるものもあれば、何かに悩んだり不安を感じたときに、「自分を落ち着かせるために」に自傷行為に及ぶケースもある。悩みや不安については、自分自身のこと（性格や将来、人間関係など）もあれば、家庭環境（前述の3）の場合もある。リストカットは跡が残るのでいやだと思ふ場合は、つめなどで体の一部を傷つけるケースもある。死ぬことを身近に感じているケースもあれば、そうでないケースもあるが、注意を要する。

6) 不登校が増える。この場合も原因は実に多様である。両親の離婚や不仲がそのきっかけと思われるケースもあれば、親が不登校をある程度容認してしまう場合もある。「無理して行かなくてもよ

い」「自分（あるいは他の親戚）も不登校だった」など、親が容認してしまうと、登校へのハードルがかなり高くなる。また、愛着形成に問題があると思われる場合もある。「小さいころ手がかからないいい子だった」という親からの評価が比較的共通している。手がかからないことを良いと考えるのは親の都合であるが、小学校までは、それで何とかつり合いがとれていた。しかし、中学校に入り、自我が芽生える中で、さまざまなことに疑問が生まれ、これまでの親の言動が疑わしく思われたりすることも珍しくない。子どもが成長し変化するにもかかわらず、親が変わらなかつたり、子どもの成長を認めようとしないと、少しずつギャップが広がる。しかし、このことを通して親が悩み苦しむ中で、次第に成長することも珍しくないものであり、長い目で見ると「不登校」を通して、親子が生まれ変わり成長することはプラスの面もないわけではない。しかし、なかなか先の見えない人生ではゆとりを持つことは難しいので、徐々に追い詰められていく。時には絶望的な気持ちになり「死」を考える保護者もいるので、楽観だけではすまされない。不登校の保護者との関わりは長期化が予測されるので、関わる側もその覚悟をきめ、ゆとりをもって接することが求められる。

7) 反社会的問題行動が増える。これもきっかけはいろいろあるが、ベースには家庭環境に問題があると思われるケースが多い。そのような場合、子どもへの申し訳なさから子どもに必要以上に気を遣い、小学生まではなんとかそれでも子どもをコントロールできたが、次第にそれができなくなり、戸惑ってしまうことも少なくない。家庭という小さな社会（ヒエラルヒー）の頂点が子どもになり、時には子どもが家庭を支配するような場合もある。

2. 児童、生徒たちの想い

①知りたい

「自分は友人や親にどう思われているのか？」

「自分はこの家（族）で必要だと思われているのかな？」

「自分はがんばっているつもりだけど、親は（先生は、いろんな人は）私がかんばっていると思っ
ているのか？」

自分が相手にどう思われているかについては、私たち大人だってとても気になるのであるが、子どもたちを相手にした時に、「そんなことは言わなくてもわかっている」とつい言葉を省略してしまうことがしばしばある。子どもたちに対しては「言葉でちゃんとと言わなきゃわからない」といいながら、大人が省略している場面が往々にしてある。しかし、小さければ小さいほど大人たちに聞くことができない。だからいつも心のどこかでいろんな小さな「？」がうごめいている。

「ねえ、ちゃんと教えて（言って、伝えて）よ！」これが子どもたちの想いではないか。

②わかってほしい、認めて欲しい。

「自分は中学時代不登校だったけど、何とかがんばっている。でもいつも『がんばれ！』といわれる。まだ、これ以上がんばらなきゃいけないの？」

「中学時代、勉強はできなかったけど、高校入って初めて『できる』ことが気持ちいいってわかった。でもなかなか家族も友人も認めてくれないんだ。一回いい成績とるとそれが『あたり前』になって、できないと怒るんだ。本人は励ましてるつもりだろうけど。」

「先生は、いじめられているのに、無理やり解決しようとする。俺はいじめられたのに、どうして俺がかまんしなくちゃいけないの？ どうして俺の話の内容は聞かないの？ なんでも俺が悪い。事情聴取のように聞かれるのもいや。いじめられた側の気持ちもちゃんとわかってよ！」

「大きくなるにしたがって、全然ほめられない。怒られることはあっても、すべてのことが出来て当

たり前、して当たり前。時にはちゃんとほめてよ。」

「親は私がいい学校に入ることしか考えていない。家でも部活させられてる感じ。話しても、話すだけ話したら結局は説教。頭が痛いという『あんたそれしか言えないの？塾行きたくないじゃないの？』って。私だってきついんだよ！」

この「わかってほしい」「認めてほしい」という言葉は、短大生もよく口にする言葉である。こちらは「わかっていない」「認めていない」わけではないのに、子どもたちには逆に伝わってしまう。これは先の①にも通じる。初頭効果という言葉があるが、相手にどのような言葉・メッセージを最初に伝えるかで全体の印象が決まってしまうことを考えるならば、やはり最初に「わかっているよ」「認めているよ」「頑張っているね」ということを伝えるのがいい。しかし、前述のようにどうしても欠点やできていないことを最初に伝えてしまう。話の後半や最後にいくら認めたり、分かっていることを伝えても、なかなかうまく伝わらないのはそのためであり、親子の感じ方のズレがここにある。「話し方や聞き方を変えるだけでずいぶんと親子関係が変わりました。」と言われるが、これも大切な視点である。

③素直になりたい、自分らしく振る舞いたい。

「反抗的な態度を貫くのも実は結構大変、ホントは素直になりたい。」

「本当は、先生にも自分の想いを伝えたい（でもなかなか言えない）。」

「面倒くさい」

素直であることが少し格好悪い世代になると、なかなか素直になれずに、逆の態度をついついとってしまう。反社会的問題行動を起こしたりする子どもたちの中には、このような想いを抱いている子どもたちも珍しくなく、また、①や②のようなことを確かめるために反対の行動をとり、その対応や言動を見ていることも多い。

3. 児童や生徒を取り巻く環境

①社会全体のゆとりのなさ。小さい時から、忙しくゆとりがない。このことは、親のゆとりのなさにも通じる。

「小さい頃は手がかからなかった」と前述したが、子どもが小さい頃は手がかかるのが普通である。しかし、「手がかからない」のが普通だとしたら、手がかかることは大変苦痛なはずである。逆に「手がかかる」のが普通であれば、子どもの成長とともに苦痛よりも喜びが増える。本来手がかかるはずの時期に手がかからないのは、親のゆとりのなさを感じた子どもたちが、彼らなりに生きる方法として、やむを得ず選択した本能的態度であり、やはりどこかでは満たされずにいたのではないか。しかし、社会が全体的にゆとりがない今、やはり子育てそのものが「大変な」ものになってしまいがちである。祖父母など、周辺のを借りることができる人はまだいいが、そういった資源を活用できない人にとっては、子育てはとて苦痛なものとなり、疎外感や孤立感から子どもと上手に正面から向かい合えなくなることもある。

また、離婚や両親の不和で保護者の関わり方のバランスが偏っていたり、単身赴任などで、親のどちらかが不在であることが、家庭のバランスに影響を与えることもある。両親がいても、ほとんど、家事の大部分を母親が行う現状をみると、家庭で母親が思い悩み苦しんでいる現状がある。そんな母親を見て、申し訳ないと思い、期待に応えたいと思うが、なかなか期待に応えることができない

で悩み苦しむ子どもたちもいる。

仕事が忙しい、親も大変（病気、離婚、リストラ…etc）、といった理由から、本来安心できる大人に囲まれて生きていた子どもたちもどこか「孤独」に生きざるをえない。今は、社会や大人に全体的にゆとりがないことが、子どもたちを知らず知らずのうちに追い込んでいるのではないか。

②いまだに続く幻想（勝ち組、負け組）「勝ち組、負け組」と言葉が流行語になったのは数年前であるが、勝ち組にならないと人間的にだめな人間であるような風潮があるのは依然として存在する。何が勝ちなのか、本当の幸せとは何かが、その本質が見失われているのではないか。

人に優しく、自分を認めることができ、親や祖父母、周囲の人々に感謝することができ、自分の力でお金を稼ぐことができるなら、それは幸せではないのか。有名学校や進学校に進み、一流企業に就職することが幸せであるという考え方が、まったく否定されるべきとまでは思わないが、幸せの意味合いは実は人それぞれであるということに、私たち大人が気づき子どもたちと共有しない限りは、小さいうちから子どもたちがそのような幻想に影響を受け続けることになる。

4. 子どもたちに伝えるべきものは何か

無限の可能性を秘める子どもたちが、年齢を重ねるごとに、だんだん元気がなくなり、生きるのがつらくなり、何のために生きるのがわからなくなるのはなぜだろう、そう考えてずいぶん時間が経つが、いまだにその答えを探しているのが実情である。

「自分らしく生きること」とは何か。

他人がいるから自分にはいろんな意味があることがわかる。他人なくして自分は成り立たない。そう考えるなら、「他人のことをわかることを徹底して教える」ことがとても大切であり、小さいころから小中学校までは、「他人のことを理解することを徹底して教える」ことがとても重要ではないか。もちろん、そう簡単に他人のことはわからない、だから難しいのであるが、「わからない」と思い悩みながら、「わかろうと努力する」ことに意味があるのであり、そのことが重なることで相手との信頼関係ができるのではないか。親子関係、友人関係、恋愛関係、職場の人間関係、夫婦の関係。これから先にいろんな「関係」が待っているのであれば、「関係」を作りあげるために必要なものを、体験を通して理解させることがとても大切である。

5. 最後に

「子どもたちのことがわからない。」「どうすれば子どもたちのことを理解することができるのでしょうか？」

そういう相談はとて多い。親として教師として、子どもたちと向かい合う時、このような想いをした経験がある人は少なくないのではないか。

講演会などでこういった質問や相談があれば、次のようなメッセージを伝える。

「自分が小さかった頃を思い出して、今の子どもたちの気持ちを想像してほしい。息苦しかった少年時代、青年期にどうやって自分と向かい合ってきたのかを想像してみると、決して教科書的な模範的な解答だけではなく、時には弱気で、時にはずるがしこくて、時には悪い自分もいたことを思い出せるはず。それがわかると、子どもへの接し方にも少しゆとりが出てくるのでは。」

筆者も、子どもたちの心が、気持ちが、まだまだわからない。だから一人でも多くの子どもたちや保護者と話をしたり相談を受けながら、何とか少しでも解りたいと努力したいと考える。

先に述べた「関係」を作り出し、維持するには、こういった努力が必要であり、それには何一つ

例外はないのではないかと思う。自分が絶対的な存在であると考え、自分だけが正しく、自分以外は認めないと考えるなら、そこには「関係」は存在しないのであり、一時的には「関係」に似た状態を作り出せてもそれを維持発展させることは難しいのではないか。

何一つ例外がないという意味は、自分以外のみんなに対して、その人を理解するために努力する必要があるということである。自分の子どもだから、奥さんだから、学生だから、部下だからなどと、例外を作って、相手のことを理解しないでいいと考えれば、そこには信頼関係など存在しない。

簡単そうで地味な作業である「相手の気持ちを考える」ことが、生きていく上でとても大切だということを子どもたちに伝えるために、今後も、許す限りスクールカウンセラーとして子どもたちや保護者の声を直接聞いていきたい。

ⁱ 当該小学校は、全校生徒が150人程度の小規模の学校であるため、集団面接を実施しやすい体制にある。基本的に1学年単学級であるスケールメリットを有効活用している。

ⁱⁱ 地域差はあると思われるが、やはり「カウンセリング」を受ける子ども＝何か問題のある子、ととらえられがちであり、相談に行くこと＝何か悩みがある人と考えられるならば、なかなか相談に行くことがためられるし、気軽に行くのはなかなか難しいというのが一般の事情であろう。