

第2節 教育相談という枠組み

を向けることで相手の表情や態度を見ながら話をすることもでき、また、自分の内面をじっくりと見つめたい時には視線を自分の正面に置くことで相手の姿を意識しないことができるようになります。

こうした目に見える設定（「外的構造」といいます）だけでなく、他にも、目には見えないけれども重要な設定がいくつか存在します（「内的構造」といいます）。これはルールとでも呼ぶべきもので、相談者と相談担当者の双方がこの原則を守ることで、安心感や安全感をもって相談に臨むことができます。例えばそれは、話された内容の秘密が厳守されることを保証する守秘義務などがこれにあたります。このルールがあることで相談者は安心して真実の心の内を話すことができます。

またあるいは、時間厳守のルールもこれに当てはまります。一般的に、一回の相談時間は50分とされていますが、これは、相談担当者が神経を研ぎ澄まして話に集中できるための限界の時間でもありますし、相談者が内省を深めすぎたり、自分自身の情緒に入り込みすぎて现实生活に戻ることが困難にならないための適度な時間でもあるようです。そして、時間に関する設定で最も重要なことは、一度設定した時間を安易に変更したり、延長したりしないことです。相談者によっては、終了時刻の数分前になってから深刻な話を持ち出す場合なども多く見られますが、これに素直に従って、相談時間をむやみに延長することはできるだけ避けるべきだと考えられます（例えば、終了間際に深刻な話を持ち出すケースの場合、往々にして、相談者の分離不安や依存性がテーマになっていることが多いので、その気付きなしに時間を延長することは、こうしたテーマを解決する方向ではなく、余計に強めていく方向に向かっている可能性があるからです）。この延長線上には、自宅や携帯電話の番号、メールアドレス等を安易に知らせないことも含まれています。不安の強い相談者の場合や心の健康度の低い相談者の場合には、24時間連絡をしてくる可能性がありますし、相談担当者が現実的な理由（会議、睡眠…等々）で対応できない場合にも「裏切られた」「見捨てられた」といった破滅的な不安を誘発してしまう危険性があるからです。

第3節 不登校を主訴とした教育相談の実際

I. アセスメントの目的

実際の教育相談を、厳密にアセスメントと実際の支援のプロセスに分けることには困難がありますが、大まかにいって、相談の開始（初回面接）から数回の内に行われる相談をアセスメントの期間と考えてよいでしょう。この段階では、子どもの状態像に合った適切な支援方法や支援の焦点を探るために、相談担当者が、より積極的に情報を収集したり行動観察を行ったりします。その際、相談者は子ども本人である場合とそれ以外の保護者等である場合とが考えられますが、いずれにしても、まずは子どもの状態像を確認しておくことと、その状態像を通して、背景にある問題の核となるテーマをおぼろげながらも推測しておくことが、その後の支援の焦点や方法を見極めるためには必須と考えられます。アセスメントの重要な目的は、実際の支援をどのように進めていくか、その焦点を見定めることにあります。

以下に子どもの状態像を理解するために重要と思われる視点を挙げていきます。

第3節 不登校を主訴とした教育相談の実際

II. アセスメントのポイント

1. 医療との連携の必要性

まず、実際の支援を始める前に、教育相談の枠組みで対応することが子どもにとって適切なのかどうかの判断は重要です。

例えば、特に人間関係にまつわる被害妄想が極端に強かったり、幻聴や幻覚などの症状が語られたりする場合には、統合失調症などの精神疾患の可能性が考えられます。精神疾患に関しては、医学的な対応法が十分に確立してきていますし、薬物療法によって、子どもへの負担も少なく速やかな状態の改善が期待できますので、医療機関への橋渡しが優先されるべきでしょう。(一つの例として、不登校で来談したケースの中に、「道行く人がみんな私の顔を見て笑っている」「学校中の人たちがみんな悪口を言っている」と訴え、「そのために学校に行けない」ことを語り続けていた子どもの言動が、実は統合失調症に基づくものだったケースなどがあります。このケースは薬物療法を優先することで、数ヶ月で小集団への再適応が可能となりました。)

あるいは、近年では子どものうつ病なども増えており、無気力状態やふさぎ込んでしまうような抑うつ気分が数ヶ月も続く、ちょっとしたことで怒りを爆発させるような状態が続く、体重の減少が激しい、不眠の状態が続く…場合などには、こうした疾患の可能性を視野に入れて、医療機関の受診を勧めることも検討すべきでしょう。

2. 心の健康度

上記の疾患とも関連して、子どもの心の健康度(専門的には「病態水準」と呼びます)を予測しておくことも支援の方法を検討する上で、とても重要なポイントになります。

心の健康度を予測するために、以下の3つのポイントを押さえておくとういでしょう。

まず1つめのポイントは、<アイデンティティの保持・一貫性>がどの程度可能かといった視点です。「語られる記憶やエピソードが自分自身のこととして体験されてきたか」を聴きましょう。話を聴いていて、誰の話をしているのか、誰の気持ちを語っているのか分からなくなる場合があります。これは、「これが自分である(=あれは他者である)」というありのままの自己を肯定的に認めたり、受容できていない可能性が予想され、不登校の背景に自己不全感や自己否定感が横たわっている可能性があります。『自己イメージの変容や自己の成熟』が支援の焦点になるでしょう。

2つめのポイントは、<葛藤に対する防衛機制の働き方>がどのようなものかという視点です。防衛機制とは簡単に言えば「不快なエピソードや不快な体験をした時、あるいは悩んだり苦しい時に、どのように対処し解消してきたか」ということです。つまり、子どもの心に葛藤や不安が生じた際に、どのような反応パターンが生じやすいのか、どの程度の欲求不満耐性があるのかなどを知ることが重要です。例えば、不安や不満が生じると、すぐに頭痛や腹痛などに身体化してしまう場合や、後先を考えずに衝動的に振る舞うことでスッキリしてしまう場合、あるいは自分ではどうすることもできないと感じて他者に解決してもらおうことばかり期待する場合などです。これらの症状や言動を通して、子ども自身も気付かずに伝えようとしていることを理解できます。この場合には、子どもが自分自身の症状や言動の意味を内省し、無意識に生じている不安や不満に向き合えるよう『自己の強さを育てる』ことが支援の焦点になるでしょう。

3つめのポイントは、<現実検討>がどの程度可能かという視点です。「自己や自己をめぐる人間関係、あるいは記憶やエピソードをどの程度客観的に理解し語るができるか」を聴いて

第3節 不登校を主訴とした教育相談の実際

みましょう。さまざまな人間関係やエピソードをあまりに主観的に体験している場合に、周囲の人が体験する客観的な現実とのギャップが大きく、それゆえに他者との摩擦の大きいことが予想されます。主観的な体験が強すぎると、被害感が強くなったり、全ての悪い出来事は他者の問題＝「悪いのは全部友達、(親、教師等々…)」となってしまう、自己の内省に向かうことが困難になってしまいます。この場合には『自己と他者の関係を客観的に把握する力を育てる』ことが支援の焦点になるでしょう。

これらの少なくとも3つのポイントから心の健康度を見立ててみて、極端な偏りやバランスの悪さ、健康度の低さが認められた場合には、パーソナリティ障害などの疾患も疑われます。教育相談の枠組みでは関係を維持していくことが困難な場合が多く、医療機関等との連携を考慮すべきでしょう。

3. 知的能力と学習空白の程度

案外と見落としがちになってしまうのですが、子どもの知的能力を把握しておくことは重要です。不登校の子どもの状態像の把握のために知能検査を実施してみると、いわゆる境界線級レベルの知能である事例に多く出会います。こうした事例では、子どもは教室にいても何もすることがなく、お客さん状態でただ一日ボーッと過ごさざるをえない状況で苦痛を感じている場合が少なくありません。自分がどういう状況に置かれていて、友達との間で何が起きているのかを即座に理解できず、言葉にできないまま漠然とした不安を強く感じている子どもにも多く出会います。こうした子ども達は、一様にみな「教室は怖いところだ」という漠とした不安だけを体験していて、個別の対応であれば不安は少ないものの、集団になるとなかなか適応が進まないことが多いようです。これらの問題が背景に予想される場合には、教育・指導の場を移すだけでも状態が大きく改善する可能性は考えられますので、適宜押さえておく必要があるでしょう。また「学習空白」は、子どもが再適応の意欲を示し始めた段階で大きな妨げとなる場合が多いですから、学校等と十分に連携して対応していくことが重要です。

Ⅲ. 支援の基本姿勢

1. 自己理解の援助

「支援」という言葉には、かなり積極的に働き掛けるようなニュアンスが含まれているかもしれませんが、不登校の状態にある児童生徒に正面から働き掛けることはあまり効果的でない場合もあります。相談担当者が積極的に働き掛けた方が良い場合と、子どもの自発性や自己決定をじっくりと待つことの方が肝要な場合との両側面を慎重に見極めることが必要です。これは、草花を育てることに例えることができるかもしれません。日光が当たるように配慮して、十分に水や栄養を与えてあげるような積極的な養育も必要ですが、無理矢理に種を掘り返さずに芽が出て花が開くのをじっくりと待つ姿勢も必要なことです。

こうしたじっくり待つ態度を「カウンセリング・マインド」と呼ぶこともあります。相談担当者がカウンセリング・マインドを通して育てているのは、子どもの「自己」であり、特に不登校の子どもの育てるために必要な支援は「自己理解の援助」が重要になります。

2. カウンセリング・マインド

子どもの成長を支援するカウンセリング・マインドの姿勢は、「傾聴」「共感」「受容」という3つの態度から成り立っています。

第3節 不登校を主訴とした教育相談の実際

まず1つめの「傾聴」ですが、これは語るところをじっくりと聴く態度のことです。2つめの「共感」は、あたかも相手を感じているように感じる態度のことです。3つめの「受容」は、相談担当者の価値観や判断基準を押し付けることなく、相談者の長所や短所、弱さや強さ、得意な面や苦手な面の全てを肯定的に認める態度のことです。

具体的な話の聴き方としては、受動性passiveと中立性neutralを保つことがキーポイントとなります。受動性とは、自己理解を促すために、基本的には話の主導権は子どもに託し、話の流れのままに任せることを指しています。また中立性とは、批判や説得をすることなく、子どもの言葉に耳を傾けることを指しています（実際には、これらはなかなか難しい場合が多く、例えば、ゲームや人形遊びの中で保護者や友達を殺し続ける言動を見聞きすると、思わず批判めいた言葉が出てしまいそうになることも多々あります。しかし、これをすると、子どもが心の奥底に貯めていた怒りや攻撃性を示してくれるチャンスは二度と来ないかも知れません）。この2つのポイントを保持し続けていると、子どもの言動に繰り返し現れるテーマの中に、子ども自身も気付いていない感情や情緒を感じることができるよう可能性があります。

IV. 支援のポイント

1. 不登校の子どもの心の中で起こっていること

不登校の子どもの語りにみられるいくつかの特徴的な心性から、子どもの心を理解してアプローチの焦点を探ってみましょう。

不登校の子どもの心の中では、常に2つの気持ちが戦っています。一つは「学校に行きたい」気持ちであり、もう一つは「学校に行きたくない」気持ちです。多くの子どもは「学校に行きたいけど、〇〇だから行けない」ことを熱心に語ります。相談担当者をはじめ、保護者や教師の聴く側も子どものがんばろうとしている気持ちには共感しやすいものですし、この「〇〇だから」（例えば、いじめ、担任との相性、教室の雰囲気、等々）のハードルを下げることに熱心になってしまいます。ところが、この「〇〇だから」の問題をクリアしたとしても次々に新しい「〇〇だから」が登場してきますし、「行きたい」気持ちに共感するだけでは実はあまり前に進まないことが多いものです。なぜなら、この「行きたい」気持ちにだけ共感していると、もう一方の大事な「行きたくない」気持ちを無視してしまうことになるからです。

不登校の子どもは、自分自身の中に「行きたくない」気持ちがあることに気付いていない場合が多いので積極的に語られることがありません。あるいは、なんとなく気付いていても「行きたくない」気持ちを持っている自分自身を知らず知らずの内に許せないと感じていたり、周囲の人から非難されることを怖れて、この気持ちが自分自身のものであることを認めることができない状況に追い込まれている場合が多いのです。このように自分の心の一部分（時には真実の心の声）を無視し続けることは自己否定を続けることに他なりません。「〇〇だから」を解決しようと熱心になりすぎると、子どもの心の大事な一部分を押し殺すように助けていることになりかねません。これを言い換えると、子どもが「良い子」を演じ続けることを強制していることにもなります。良い子を演じ続けるためには、自分の中の悪い子を押し殺してしまうか、それでも足りなければ、悪い子を自分以外の誰かに押しつけなければならなくなります（この心性が現実的でない「〇〇が自分に嫌がらせをするから」等の被害感につながっています）。自己の一部を否定し続けてい

第3節 不登校を主訴とした教育相談の実際

ると、自分自身に生きていく価値がないと感じたり、自分を罪深い存在であると感じたり、徐々に疲弊していきます。無意識にいつ「自分が演技をしている悪い自分であることを見破られるか」と不安でいっぱいになります。このような気持ちを抱えながら教室や学校の中に居続けることが困難なのは当然でしょう。

相談担当者が子どもの中の良い子だけでなく、悪い子を認めてあげることが第一歩です。悪い子を認めたら子ども自身も、今まで押し殺していた真実の自分に気が付きます。時には、今まで忘れていた怒りを噴き出すこともあるでしょうし、悲哀に打ちひしがれることもあるでしょう。今までなぜ自分が良い子を演じ続けなければならなかったのかを発見することもあるかも知れません。このプロセスは子ども（あるいは保護者）と相談担当者にとっても苦痛に満ちた道のりです。激しい怒りや哀しみ（例えば、激しい教師・友達・親への非難、離死別のエピソードや虐待の過去、等々）に直面し続けていると、双方ともに激しく動揺が生じます。時には相談を中断してしまいたい気持ちに駆られることがあるかも知れません。しかし、このプロセスを堪え忍んでいくことで、今まで自己を押し殺すことに傾けていた心のエネルギーを、過去の自己を振り返り、現在と未来の自己へと繋げていくエネルギーに変えていける可能性があるのです。こうした良い自分も悪い自分も含めた両方の自分＝本当の自分に出会うことから、子どもの自己理解は始まります。「本当の自分を理解する」の「本当」の中には、自分の中の「良い子」も「悪い子」もあって、両者をありのままに受け容れることが含まれているのです。

2. 遊戯療法 (Play Therapy)

言語の発達が十分でない幼児や小学校低学年の児童、あるいは会話の苦手な児童生徒、時には知的な発達の遅れが認められる生徒においては、カウンセリングのような「言語的なコミュニケーションによる自己理解」は困難な場合があります。

その場合に、言葉の代わりとして「遊び」を通して自己理解を進める方法が遊戯療法と呼ばれるものです。遊びの中には、子どものたくさんの言葉にならないメッセージや真実の心の声が隠されています。例えば、ある子どもはウルトラマンと怪獣の戦いごっこを通して、自分の中の良い自分と悪い自分を戦わせたりします。またある子どもは、ドラえもんごっこを通して、一人で学校や友達の中にいる時の不安感を表現したりします。またある子どもは赤ちゃん人形に残酷な仕打ちを続けることで母親に愛されない自分自身の心の傷付きを再現してくれることもあります。

これらの重要な遊びを単なる遊びとして運動エネルギーで発散してしまえば、子どもの自己理解には向かい難くなってしまいます。遊びに込められた子どもの無意識のメッセージを読み取って、子どもに受け容れられるような言葉や動作を用いたさまざまなコミュニケーション手段を使って本当の自己との出会いに導くことが重要です。

参考文献

- 1) 森さち子：症例でたどる子どもの心理療法－情緒的通いあいを求めて－。金剛出版。2005
- 2) 松木邦裕：私説対象関係論的心理療法入門－精神分析的アプローチのすすめ－。金剛出版。2005