

学校カウンセリングにおける緊急支援のあり方

安東末廣* 後藤徹一** 甲斐義教*** 高野美智子****

要約

今日の学校現場では、緊急支援を必要とする事態が増加の傾向にある。そのような状況を踏まえて、第27回日本学校教育相談学会九州・沖縄地区研修会「宮崎大会」(2021)ではパネルディスカッション【緊急時の学校支援はどうあればよいか】が企画された。本論はその発表内容に加筆修正を加えたものである。

第1章はアメリカにおける学校緊急支援について紹介し、それを参考にわが国ではどのような支援が求められているかについて検討し、スクールカウンセラーには児童生徒、保護者、教職員への支援を行う学校コンサルテーションのスキルが求められていることを論じた。

第2～4章は緊急支援に携わる専門の職域からの実践報告である。

第2章は、身近な人の事故死に遭遇した子ども達の緊急支援である。スクールカウンセラーが個別と集団のカウンセリングを実施し、亡くなった方への彼らの思い出や事故後の出来事などを受容的、共感的に聴くことにより、子ども達が落ち着きを取り戻して行った。

第3章は、荒廃した学校の緊急支援である。生徒指導主事の立場より暴力、窃盗などの反社会的な問題行動への取り組みを行った。生徒への支援では、たまり場となる場所に出向き、傾聴に徹した対話を根気強く行ない、生徒や保護者との信頼関係を築くことができた。

第4章は災害時や新型コロナウイルス禍の緊急支援である。臨床心理士の立場より心理教育の重要性に視点を当て、東日本大震災では児童の過覚醒、再体験、解離などの心身反応に対して、教師をサポートしながら支援を行った。熊本地震では、同様の支援を行うと共に、児童に対して脳の活性化をはかり思考・感情・感覚のバランスを整えるブレインジムを実施し心身の安定を図った。

第5章は、これらの実践報告の意義について検討した。

キーワード：学校緊急支援、スクールカウンセラー、学校コンサルテーション、事故死、学校の荒廃、災害

1. 緊急支援と学校コンサルテーション

(1) 学校における緊急支援とは

近年は、学校において緊急支援を必要とする事態が増加の傾向にある。学校の危機につながる事態としては、自殺・自殺未遂、登下校中の事故、火災や水難事故、自然災害や犯罪の被害がある。

児童生徒にとって突然の災害や事件・事故に遭遇することは、恐怖体験であるとともに喪失体験でもある。学校での緊急支援は児童生徒の直接的ケアと共に、学校というコミュニティを構成する教職員や保護者が安定して子どもたちに対応するための支援が求められている。

学校現場は多様性に満ちた児童生徒の集団であり、彼らを対象とする学校カウンセリングでは、一人のカウンセラーが単一の理論と技法に拘ってはい通用する対象が限られてしまい、カウンセリング活動そのものに限界が生じる。特に、緊急支援では学校全体を視野に入れた支援、つまり学校コンサルテーションが求められている。

学校での緊急支援の実施は、教育委員会など教育行政と臨床心理士会（または公認心理師会）との協定のもとに、事案が発生した際に学校と教育委員会が協議した上で、臨床心理士会に緊急支援のためのスクールカウンセラーの派遣を要請するという仕組みのもとで行われることが多い。

学校カウンセリングでは、問題が発生した後に手立てを講じることも避けては通れないが、未然に防止することも同時に実施しておかないと、子ども達の問題行動はさらに深刻さを増すだろうと考えている。その意味では、生徒同士が学校で行うサポート活動としてのピアカウンセリングの意義も重要であると言える(安東・安東、2020)。

(2) アメリカの学校における緊急支援

①「学校の危機計画」

筆者は保育、教育に携わる関係者より幼児期から青年期までのメンタルヘルスの早期介入の必要性について指摘され、アメリカの先進的な取り組みである発達に応じた 8 つの効果的なプログラムについて紹介した(安東、2005)。また、アメリカの学校ではいじめ、不登校、心身症、非行、暴力、うつ病、自殺など多くの問題が生じているために、学校での危機介入がどのようになされているかについて紹介した(安東、2007)。

そこで、学校の緊急支援についての先進的な取組をしているアメリカの例を紹介してみたい。

アメリカの学校では、危機状況として自殺、暴力、発砲、自然災害、不法薬物使用、虐待などが挙げられている。ここでは、600名規模の小学校の例について紹介したい(安東,2007)。

学校区はわが国と比べると比較にならないくらい広く、子ども達の通学手段はスクールバスで、通学時間は長い生徒で片道数時間はかかるために、バス運転士からの子ども達についての情報も有効に活用されている。

特徴的なことは、わが国の学校には見られない「学校の危機計画」が各学校で策定されていることである。そこでは、上記の危機状況への対応方法や危機チームの編成、関連機関との連携、学校がパニックや無秩序に陥ることを抑制するための計画実行の義務と権限の規定などがきめ細かく策定されている。加えて、危機対応への職員の意識も高く、すべての学校職員(教師、事務職員、食堂の職員、バス運転士、スクールカウンセラーなど)が危機介入をするための訓練、心肺蘇生法や緊急の医学的処置などの訓練も行われている。権限の規定についても明確にされていて、校長から教師へ、そして教師から非教授職員へと伝えられるようになっている。また、学校を管轄する学校区の事務所(我が国の教育委員会や教育事務所に相当するもの)との連携も明確にされている。

②学校職員に求められる「危機対応スキル」

「危機対応スキル」は 3 つある。1 つ目の感情面のサポートスキルは児童生徒を落ち着かせるためのスキルで、観察スキル(観察記録も含む)、安心させるスキル(“共にいる”メッセージを送ること)、聴き方スキル(“話すより聴く”こと)、情報共有スキル(報告すること)、危機管理スキル(安全の確保)などがある。2 つ目の専門機関とのコミュニケーションスキルは、メンタルヘルスの専門家との情報交換をするためのスキルである。3 つ目の親とのコミュニケーションスキルは、校区が広いために親の到着までの間に親の不安や動揺を受け止めるスキルである。

③危機の中での「聴き方スキル」

危機の中で児童生徒の話を聴くには、ポジション、ボディラングージ、話し方、受動的段階から積極的段階への誘導、慎重なフォローアップの 5 つが必要である。

ポジションは話を聴くときの位置取りのことで、パーソナルスペースに配慮した適度な距離とアイコ

学校カウンセリングにおける緊急支援のあり方

ンタクトが必要である。ボディランゲージは身体言語とも言われ、児童生徒の態度、表情、話し方などからも本人を理解する必要がある。話し方は“シーソーのルール”に基づいて話すことが推奨され、話し方の速度と話す声の音量への対応が求められている。児童生徒が動揺していれば、話す速度は速くなるので、その場合はゆっくりと話し、彼らが興奮すると大声で話すので、小さな音量で話す必要がある。受動的段階から積極的段階への誘導については、学校で危機的状況に遭遇すれば、児童生徒は各種の支援に対して受動的な姿勢であるが、危機的状況から次第に脱却していくにつれ、本人なりの立ち直りが見られるようになるので、専門家の支援が必要かそうでないかは本人に選択してもらう必要がある。慎重なフォローアップについては、児童生徒は危機的状況に遭遇した後に立ち直りのプロセスに入るが、個人差はあるもののトラウマやフラッシュバックの再体験にたびたび悩まされるために(安東他、2020)、慎重にフォローアップを行うことが必要である。

(3) 日本の学校における危機とその対応スキル

ここでは、学校コンサルテーションの立場から児童生徒、教職員、保護者に対して、どのような内容を支援するのかについて、火災事故死の例を挙げながら検討する(安東他、2020)。

緊急支援時のスクールカウンセラーの任務として、以下の4点が必要であった。

① 緊急支援時の学校関係者との連携

スクールカウンセラーとしては、学校管理職や教育委員会との連携が必要となるが、学校側は教育委員会との連携で一定の対応方針を持っているので、その内容を知っておく必要がある。

② 保護者の支援

学校管理職を補佐しながら、保護者説明会への対応、質問への応答をしなければならない。保護者の動揺を受け止め、子どもたちが不安や不眠を訴えることがあるので、家庭での声掛けの仕方について具体的に説明する必要がある。

③ 教職員の支援

被害にあった児童生徒の担任の場合は、自分のクラスの児童生徒への対応について助言する必要がある。また、担任自身が傷ついている場合には、個人的なカウンセリングをする必要がある。

④ 児童生徒の支援

子どもたちの予想される訴えとしては、事故で亡くなった友達のことを口にする、悲しみを口に出して表現する、口にすることをためらい抱え込んでいる、就寝時に不安を口にするなどがあるので、共感的に受け止める必要がある。

具体例として、保護者説明会でのスクールカウンセラーの対応について考えてみたい。

事故の翌日の午後に全保護者への説明会がなされた。子どもの心のケアについての配布資料を基に校長が事故の経緯と保護者の対応について説明した。校長の話聞きながら、会場にいる保護者の中には、すすり泣いたり、ハンカチで涙を拭いたり、下を向くなど、悲しみに耐えている姿があちこちに見られた。

校長の指名でスクールカウンセラーが保護者を前にして立つと、会場は悲しくて重苦しい雰囲気包まれていた。瞬間的にカウンセラーとして“この雰囲気を汲んで”話をしなければと判断した。

不慮の事故で友達の尊い命が失われたことが子ども達の心にどのように影響を及ぼしているかについて、具体的に運動会や宿泊学習、修学旅行などに触れ、これらの行事で共に作ってきた楽しい思い出、助け合った友情などの忘れがたい記憶が子どもたちの頭の中を駆け巡っていることに触れた。そして、家庭で食欲がない、不安そうにしている、勉強に集中できない、話をしようとならない、親と一緒に寝たがる、親の側を離れようとならないなどの様子が見られる場合、どのように受け止めるかについて説明した。例えば、

亡くなった友人達のことを口にする場合は“そう思うの”などの応答で、話を受け止めてあげることや、自分から触れない場合はためらいや抱え込みもあるので、親の方から口にしてあげるのも良いことなどを伝えた。

(4) 緊急支援に求められる学校コンサルテーションスキル

上記の例でみて来たように、学校の緊急事態ではスクールカウンセラーには学校関係者と連携して児童生徒の支援、保護者の支援、教職員の支援などが求められる。このような広範囲の支援活動は、学校コンサルテーションの活動になる。

スクールカウンセラーに求められるコンサルテーションスキルとしては、個人的かつ集団的な支援スキル、広範囲の年齢層や職種の支援スキルである(安東他、2020)。

実際の学校カウンセリングでは、個人的な支援としては児童生徒や保護者に対しては傾聴技法を用いる来談者中心カウンセリングが基本である。しかし、支援プロセスに応じて登校しぶりや不登校には具体的な登校行動を形成するための行動療法、対人関係などの問題では生徒や保護者に認知や行動の修正を図る認知行動療法、授業中の不適切行動の修正についての助言では応用行動分析の技法による強化や弱化学を用いた5つのかかわり方、発達障害の児童生徒への対応については傾聴技法を中心としながらも様々な状態像への適切な対応を教示する心理教育が求められる。また、個人や集団のリラクゼーションを目的とする場合には、呼吸調整法、筋弛緩法、自律訓練法などが必要となる。

認知行動療法の領域からは、コミュニケーションスキルの育成を目的とするSSTやスキル教育、アサーショントレーニングなどが、怒りのコントロールの習得にはアンガーマネジメントが必要である。

以上をまとめれば、通常の学校カウンセリング活動では単一の理論と技法の活用と共に、複数の理論と技法の組み合わせを実践できるスキルが必要とされる。しかも、緊急支援ではこれらのコンサルテーションスキルをスクールカウンセラーが単独で実施することに加えて、同じ職種との連携スキルも必要となる。

2. 事故死と緊急支援 ～身近な人の死に遭遇した子ども達の支援～

(1) はじめに

休日にラジオで、県内の中学生がある事故で亡くなり、そのことに関して学校や教育委員会としては、一緒に行動していた生徒に状況等を聞くとともに、スクールカウンセラーによるケアにも努めると言う内容のニュースだった。私はスクールカウンセラーとして3年目を迎えていたが、こういう時にも関わることだと思った。

(2) 一本の電話から

それから、しばらくして連休の初日に、訪問校(週1日、4時間)の教頭先生より、児童が関係するスポーツ少年団の指導者が試合場への移動中に交通事故で死亡した。子ども達、保護者が事故現場に居合わせたらしく、今後の精神的ケア等を含め心配している。連休明けの火曜日は、最優先で訪問して欲しい(終日の8時間)という内容の電話があった。休日に学校からの電話ということで、詳細は分からなかったが、『分かりました、行きます。』と返答した。

(3) 学校側の初期の対応

事故発生後、関係保護者から担任へ、その後教頭・校長へと連絡が伝わった。教頭・校長先生は、PTA会長、所在地教育委員会への連絡を取った。また、スポーツ少年団の保護者会長が来校され、事案の聞き取りが実施された。保護者会も開催され、児童の現状や事故当時の状況等の把握も行われた。

こうした一連の動きの中で、休み明けにスクールカウンセラーとしての私に状況を説明し、担任と共に様

子を観察し、その後、状況によっては県に別途カウンセラー派遣要請を行う計画が立てられたようだ。

(4) スクールカウンセラーへの文書報告とカウンセリング要請

校長先生から、関係児童を前にしての集会で話された内容と前記の今後の計画について話を受けた。これまで、ほとんど関わった事もない児童の話を十分に聞いてあげることが出来るだろうかと不安であったが、この説明で気負いも去り、安堵感も持てた。教頭先生から、文書資料をもとに事案の経過報告と児童の事故当時の状況や現在の状況についての報告があった。個別に5名と1グループ3名に対する面談の要請があった。

(5) カウンセリングの実際

① 通常のカウンセリングでは・

「**㊦**どうしましたか？」で始まり、

ともかく、聞く、聴く、訊く・

※ 事前に内容の把握の有無にかかわらず

㊧なずく、本人の発した言葉を繰り返す

※ 考え行動でなく、気持ちに同調する

㊨ゆうへんから、少しずつユックリと

※ 困り感や課題？に次第に近づく

㊩よっても良いし、頼んでも良い事を伝えるようにする

※ 『悩みは1人だけのものではない』

㊪いだすのを待つ

※ 『こたえは、本人が持っている。』

あせらず、ヒントは出しても・

言わなければ、次の機会へとつなぐ

② この時は・

通常のカウンセリングでは、児童は本人の希望や先生方にすすめられて相談室にやってくる。従って、「どうしましたか?」「何故、ここに来ましたか?」から始まるが、この時は、はっきりしていた。朝の集会で、保護者や先生方の思いが話されている。また、スクールカウンセラーの役割についても話が出されていた。そこで、次の順序と内容で話を聴いた。

(ア) スクールカウンセラーとしての簡単な自己紹介

始業の日の親任式で校長先生からの紹介を受け、自分なりに全校児童に挨拶はしていたが、あらためて「みんなの話を聞くのが、仕事です。同時に一緒に、今の事やこれからの事を考える…」という事を話した。

(イ) 現在の少年団に入った時期、きっかけやチーム内での位置や役割

関係児童を集めた朝の会の中で、その日の日程や内容(スクールカウンセラーとの面談を含めて)説明は、先生方からなされていた。しかし、カウンセリングの入り口として、事故当日の事や

それから以後の現在までの事には、すぐに入らなかった。4年生から6年生までの8名で、それぞれ状況は違っていたが、入団のきっかけを聞いた。競技種目そのものに関心を持っていたり、親にすすめられたりや、兄弟がやっていた関係で自分も入団したりしていた。そして、チーム内での役割や試合での主なポジション等について話を聞いていった。思った以上に、スムーズにそれぞれが話をしてくれた。流れに沿って次の話に移っていった。

(ウ) 指導者の思い出～ほめられた事、叱られた事など～

少年団の活動や参加への“思い”の一端から、この日のテーマに近づこうとしていた。それぞれが、団員に大変慕われ信頼されていた指導者の様々な場面でのエピソードを語ってくれた。児童によっては、思い出して、途中で涙ぐんだり言葉につまったりする場面もあった。うなずいたり、じっと耳を傾けていると皆が最後まで話してくれた。それから、いよいよ保護者や先生方が気がかりになっていた件につなげた。

(エ) あの日の事、それから以後の事

保護者会の用意した送迎車(分乗)で出発前かけられた最後の言葉、途中足止めにあう中で救急車やパトカーの往来があったが、その時点では「〇〇さんが、事故にあった」という点だけしか知らされていなかった。通夜や葬儀での事、次の試合や今後の練習への対応等の様々なものがあった。事故による混乱とショックは、児童・保護者間では当然あっただろうし、続いていたであろう。しかし、児童達は、当日の事、それから以後の事を極めて冷静に受け止めているのを知った。

(オ) 今、気になっている事、心が重たい事

5名には1人ずつ話を聞いたが、先生方より「あまり話さないだろうから、3人一緒に話を聞いてもらっても良いですか？」という事で残り3名から話を聞いた。同じ事を聞いても、当然、それぞれに顔の表情・受け答えも違って、互いに牽制し合っているわけでもなかっただろうが、あまり深くは語らない。特に静かに反応していたM君が気になり、最後に「言い残しがあったりした人は、残ってもいいですよ…」と言ってカウンセリングを終えた。他の二人がまだ相談室を出て行かない内に、私の机の前に来てM君は「〇〇さんが夢に出てくるんです。事故になり、こんなことになってごめんと言われるんですよ…」と語り始めた。その間、すでに退室したと思っていた2人も横に立っていた。一通りうなずきながら、夢に関する私の感想めいたものを簡単に述べた。今度は、3人ともこちらの話にうなずいていた。個別で話した5人のうち3人にも夢で〇〇さんが出てきた人がいた。夢を肯定的にとらえ、カタルシスとして話をすると不安感が薄らいだようだった。

(カ) 大人に話したい事、涙するのは…

事故後、保護者会としては次の試合は出ないと決めたようだが、児童達は主将を中心に皆で話し合い「出場させてください」と申し入れ、新しい指導者を立て、参加したそうだ。事故発生直後、児童達を現場に近づかせず、後日の試合にその場を避けて他のルートを通った事(保護者らの配慮とわかりつつ)を気にかけている児童もいた。通夜か葬儀の場面で保護者会の人に「みんなが涙を流していたら、〇〇さんも悲しむから、笑って送りだそう」と言われたけれど、しっくりこなかったと語る児童もいた。事故発生時に、近くで対応したお母さんの一人が、体調を崩していた事を心配している話もあった。

(キ) 各担任、管理職へのフィードバック

学校カウンセリングにおける緊急支援のあり方

カウンセリングを終えて、14時30分頃から報告と今後の対応(見守りつつ、今後もケアに努める)になった。これらの情報は、学校側から保護者にも伝えられた。

③ その後、児童とのカウンセリング

2週間後に、2度目のカウンセリングに来た児童がいた。「事故から1カ月たったけれど、事故発生直後の車に留め置かれたことを思い出してしまう」と言う。先日の試合が終わって、空に虹がかかっていたら、誰かが「〇〇さんが空から見守ってくれている」と言った。その後、事故の件で家族と話し合うようになった事や「どこかで、必ず見守ってくれている」と言われ、自分もそう思うと話してくれた。以後、この件の来談者はいない。

(6) 校内におけるスクールカウンセラーの位置は？

① “チーム学校”の一員として迎えられ

3月末に勤務校が決定し、打ち合わせを兼ねた挨拶の訪問日を確認する為、教頭先生に連絡をした。(それまで、全校生徒への紹介は、6月連休明けの学校便り等であった。私は、他の職員と同様に、年度始めの“出会い”を望んでいた。)(「カウンセラーの勤務日にはなっていませんが)、4月5日始業式、新任式がありますけれど・・・」『(二つ返事で)行きます。出席させてください。』と答えた。その日の児童のあいさつや校歌に感激した。ネームプレート、靴箱、職員室座席がすでに用意されていた。その日の内に一員になれた気がしたのだった。

② “チーム学校”の一員としての動き

教頭先生よりPTA会報等の学校便りには、先生方同様必ず原稿を依頼され提出した。スクールカウンセラー担当のコーディネーターからは、給食時には順番に学級で取ることを勧められ、実行する中で顔見知りとなった。2週間に1回を目標に手書きの“相談室便り”を書き、要請された授業や昼休み等に“支援員格”として入室したのも意義あるものとなった。

(7) おわりに～スクールカウンセラーとしての初心～

その後、別のスポーツ少年団の野外活動でチームメイトを亡くした直後の児童とのカウンセリングもあった。現在も、突然家族を失った児童生徒と向き合っている。「話をしっかり聴き、一緒に考え続ける…」を胸に、今後も歩みたいと思っている。

3. 学校の荒廃と緊急支援

私は現在、クラーク記念国際高等学校・宮崎キャンパスにおいて生徒指導アドバイザーを務めている。令和2年度までは、公立中学校の校長として勤務していた。また、宮崎県の中核市である宮崎市内で生徒指導主事を20年務めた経験を持つ。生徒指導主事および教頭時代には生徒指導困難校の勤務であったが、貴重かつ宝である経験をした。

(1) 赴任地の年度から見た生徒指導の状況と取り組み

①平成初期

この時期では、問題行動はもとより、中学生のいじめや心因的悩み等による自殺が社会問題となった。

[取り組み]

(ア) 生徒会を中心としたいじめ撲滅活動(BBI委員会)の立ち上げや、地域をあげての「いじめフォーラム」の実施では全校生徒、PTA役員、保護者、地域の青少年育成協議会、関係機関等が一堂に会して実施した。

- (イ) 校内では、教育相談の充実や工夫、アンケート調査等の情報収集活動に力を入れた。カウンセリングの充実と質の向上が求められた。
- (ウ) 県内のテレビ放送によるいじめ撲滅活動のコメンテーターとして、このような取り組みを紹介した。
- (エ) 生徒手帳のカード化の実施、「家庭と学校の懸け橋」となる学校独自の生活ノートの活用等の工夫を積極的に行った。さらに、「学校の心得」である校則の見直しを行い、「自主性を重んじ、秩序を守る」ことに着手した。

②平成 10 年度

2 校目の赴任校は、生徒指導上困難を極める学校であった。生徒指導担当として、荒廃しきった生徒集団とその保護者や人権擁護団体、信頼関係の断ち切れた地域などとの信頼回復に奮闘した。

生徒の状況は、暴力、窃盗、器物損壊、道交法違反、喫煙、薬物乱用等の反社会的な問題が日常茶飯事で、様々な問題行動を起こす生徒たちが異学年をまたいで複数の集団を成していた。学校全体の規範は低下し、授業妨害や逸脱した行為が頻繁に起こり、週末には深夜に学校での器物損壊も多く、通常の学校教育活動の現場としては厳しい状況であった。このような学校の雰囲気拒絶反応を示す生徒も多く、不登校の生徒の数も多かった。また、対教師暴力も見られたため、教師の沈痛な思いでの勤務状態にも心を痛めた。マスコミ対応をはじめ関係機関との連携にも多忙を極めた。

[取り組み]

- (ア) 自由と自主性のはき違えが学校の規範を崩壊させていることに着眼し、学校の決まり事の見直しから、「秩序と安全」を重視し、決まり事の徹底から規範意識の高揚を図り、生徒や家庭への周知徹底に時間をかけた。
- (イ) 信頼関係の回復に力を注いだ。特に、問題行動を頻繁に起こす生徒や グレーゾーンと言われる生徒が約 10%いると思われたために、そのような生徒達には、問題解決的カウンセリングを行った。校内には特別な教室は設けず、登校してきて座り込んだ場所でのカウンセリング(「地べた相談」)により不満の解消を時間をかけて地道に行った。

カウンセリングは、傾聴に徹し、個々のもつ生活背景や集団における行動様式を聞き取り、生徒達からの多くの情報をキャッチし、部活動終了後に溜まり場となる場所に行き、地べたに座りカウンセリングを根気よく行い、問題行動の防止および学校や教師との信頼関係の修復に時間をかけた。

教師は、校内で決められた場所や時間で行う教育相談、校内を徘徊する 生徒との「その場のカウンセリング」、校外での「家庭や路上でのカウンセリング」など状況に合わせたカウンセリングを展開していく。教師のカウンセリングの能力とバリエーションのある工夫されたカウンセリングのあり方の力量が問われる場である。

また、そのことによって、指導困難な生徒とその保護者との信頼を勝ち取っていくことになった。その地道な活動を、保護者会や地域が知り学校への信頼回復の糸口となった。

不登校傾向の生徒への対応は、いじめ・不登校担当教諭と連携し、スクールカウンセラーおよびスクールサポーター等の計画的な教育相談(カウンセリング)を行い、校内の適応教室と宮崎市教育委員会の適応教室に通級する生徒へのリレーションづくりおよび信頼関係を築く手立ての工夫を行った。

③ 平成 20 年度

学校カウンセリングにおける緊急支援のあり方

赴任校は生徒指導 3 校目で、「一過性の学校の荒廃」ではなく、「慢性化した学校の荒廃」の傾向のある学校であった。前任校と同じく「信頼関係再構築」を地道な活動で積み上げていく一方で、保護者の認識の改革を図った。

[取り組み]

(ア) 地域の活動→青少年育成協議会等の団体との連携と報告(学校の実情と課題)

当該学校の定期的な地域巡回指導および 3 地区合同の巡回指導への参加や青少年育成協議会との密な連携を行うことによって、地域の信頼関係構築に努める。

(イ) 地域の商店街への理解(学校の方針)→窃盗事件(万引き行為)が多く重点項目として活動を行った。

地域商店街およびコンビニエンスストア・大型ショッピングモール街等の万引きを常習して行う場所や過去の経歴の場所に、窃盗行為や問題行動に対する学校の指導および対応方針をまとめ、全ての商店街に配布し説明をした。(商店街と学校の対応を共感し合い犯罪防止に努めた)

また、事案が発生した場合も同様に、関係機関の介入や校内での指導方針をはじめ本人の改心となるように、家庭(保護者)とともに指導を繰り返した。

(ウ) 関係機関に対する定期的な訪問の実施(中央児童相談所、警察、裁判所(調査官)、児童自立支援施設、少年鑑別所等)と信頼関係の構築に努めた。

学校の現状や対象生徒がいる場合の情報交換、および何事もない時にこそ定期的な訪問による信頼関係を築くことが大切である。

④ 通理解を図るうえでの基本的な考え

職員間への細やかな報告(現状を伝え理解をしてもらおう)と指導の方向性を徹底してお願いをする。

[組織間の徹底した連携の構築を図る。]

(ア) 学年主任と学年生徒指導担当を学年生徒指導の柱として立てる⇔生徒指導主事⇒管理職(連絡・報告・指導の方向性)生徒指導に関する内容について明確により具体的に報告や連絡を行うことによって、指導体制を共有する。

(イ) 公教育において生徒への排除説は一切ないことを前提に、どのように受け止めていくかを教師間のキャパシティアップを図った。そのためには、多くの情報量と共感的理解を土台にして、生徒達に寄り添うことを基本的なスタンスとして実践することを方向性にもった。

(2) 教頭として

地域性の違いと学校荒廃状況の違いによって、生徒指導の困難な状況が違うことを冷静に判断し、対応レベルを校長・生徒指導主事と分析し進める。

① 生徒指導困難レベルの見極め⇒指導レベルの判断を行う。

- ・学級、学年崩壊レベル⇒授業崩壊の対応の在り方を見極めと実践
- ・反社会的問題行動の負の連鎖現象の影響力の見極め指導
- ・いじめ・自殺⇒前兆・事後対応の見極めと指導の方向性の確立

② 自殺問題の対応⇒教育委員会(第三者委員会)、関係機関等との連携

- ・いじめや各調査の報告(アンケートの対応・卒業までの保管と調査後のレベルに応じた早急な対応の在り方)

・スクールカウンセラー等との心のケアの連携活動

③ 職員の共通理解と生徒や保護者への報告とケア

・マスコミ対応…校長確認と記録等

(3) 校長として

人材育成と積極的な生徒指導の在り方

- ① 校務分掌および行事の精選（職員が行事によって負担になり、生徒や保護者の不信感となる要素があれば実施しない判断）
- ② 組織の強化（主任レベルのスキルアップと信頼関係の構築）
- ③ 生徒指導主事の資質の見極めとフォローとスキルアップの場の設定
- ④ 全職員への報告と指導の方向性の理解（職員個々との、フォーマル・インフォーマルの場における正しい人間関係の形成と信頼関係の構築）

(4) 特別支援教育との関連

平成19年度の学校教育法の改正による「特別支援教育」の推進は生徒指導上の問題にとって、大きな影響を与えたと考える。

特性の強い児童生徒への早期対応は、個人にとって救われると同時に児童生徒の社会集団においても良い影響となったと考える。ただし、特性のある生徒を社会集団で育てていかななくてはならないこともあるとも考える。その見極めや判断を早期に学校・関係機関がしっかり行うことが大切な役割である。

(5) 現在の勤務する高等学校

小中学校において、欠席傾向であった生徒達が多い学校である。本人の心因的な不登校やいじめによる人間関係の不信感の強い生徒や、家庭環境や本人の身体的原因による欠席であった生徒が主である。

在籍する生徒や保護者は、これまでスクールカウンセラーに関わった事が多いが、本校においてもカウンセリングの必要性のある生徒や保護者も多いし、教員の間でもその必要性を感じている。

思春期前半の不登校心理と思春期後半の不登校心理に違いを感じる高校生の現状に学んでいる。さまざまな特性のある生徒や家庭への対応に学び、生徒への日々の学校生活におけるソーシャルスキルの向上を目指した活動を継続的に行っている。

4. 災害時の緊急支援・災害時の心理教育について

緊急時の学校支援として、私の災害支援の経験を踏まえ災害時の心理教育について述べていきたい。最初に口蹄疫の発災時にスクールカウンセラーとして行った中学校での支援があげられる。飼っていたヤギを学校に行っている間に殺されてしまうかもしれないと不安になり、不登校になった中2男子生徒への支援である。また、「口蹄疫を出した家は学校にいかせるな」「口蹄疫が広がるから中学生はうちの前を通るな」などの風評被害のため、電話対応や通学路変更などの業務に追われた教師たちへの支援である。

東日本大震災後に派遣された宮城県では、スクールカウンセラーとして参加した小2の授業で津波遊びをする児童や絵の中で表現された気持ちへの心理的ケアを行った。また、熊本地震後に派遣された小学校では、スクールカウンセラーとして担任や養護教諭と協力して小学生への心理教育を行った。新型コロナウイルス禍では、担任や養護教諭と協力して新型コロナウイルスに対する小学生への心理教育を行った。これらの災害支援時の経験をもとに、災害時の心理教育について考えていきたい。

(1) 地震・災害後の心と身体の反応について

地震や災害を体験した後は、心と身体には様々な変化が起こる。これは誰にでも起こる、生命を守る

ための反応であり、大きく分けると次の4つがあげられる。

①過覚醒

- ・眠れない
- ・イライラする
- ・感覚が過敏になる

②再体験

- ・意志とは関係なしに嫌なものを思い出す
- ・その時の感覚がよみがえる
- ・怖い夢を見る

③回避・マヒ

- ・感情や感覚がマヒする
- ・特定の場所やものを避ける
- ・嫌な感情や記憶に関連するものを避ける(家、夜、寝ること等)

④解離

- ・感覚を切り離す・記憶を切り離す・感情や情動を切り離す
- ・凍り付き(固まる、シャットダウン)

(2) 東日本大震災における災害支援での心理的ケア

東日本大震災後に緊急災害支援カウンセラーとして宮崎県心理士会は宮城県の小学校を担当した。個別に心理的ケアを行っていたが、担任の希望で小学2年の図工の授業に参加し、題材は「天気絵をかこう」であった。派遣時期が発災直後であったため児童には災害に関する表現活動が禁止されていた。担任には天気絵を描くことで児童が心理的反応を示すとは予想できていなかった。

入室すると、すぐに地震のことや津波のことを次々にスクールカウンセラーに話し始めた。絵を描き始めると、児童の反応は大きく異なっていた。雷の絵を描き終わると津波あそびを始める児童や被災体験を語れず、絵を描きながら固まる児童が認められた。津波遊びをする児童から固まっている児童を離し、無理に描かなくても良いことを伝えた。天気絵を描き終わると、担任は児童に自由に描くように指示した。被災した児童たちは描いた絵を上から暗い色で塗り、真っ黒に塗りつぶす反応が見られた。放課後に児童の描いた絵を見ながら、被災した児童が示す様々な反応について心理教育を行い、児童の示す心理的反応への対応についてアドバイスした。被災者でもある担任に対しても心理的ケアを行い、被災体験を語れない女児が描いた黒い絵の意味や赤い涙を流す雪だるまの絵の意味を伝えた。

(3) 熊本地震での心理教育

熊本地震後に、宮崎県臨床心理士会は熊本の小学校に派遣された。東日本大震災の心理教育の経験を活かし、ブレインジムを取り入れた心理教育を行った。ブレインジムは26種類からなるシンプルな動きで、必要に応じて3から4種類選択し5分ほどで実践することにより、脳の活性化をはかり思考・感情・感覚のバランスを整えていくことが特徴である。年齢や性別に関係なく活用でき、運動を通じてセルフケアからメンタルヘルスマまで適応範囲が広いと、心理教育に取り入れやすい。

スクールカウンセラーは個別に心理的ケアを行っていたが、心理的回復やクラスの状況を考えながら、養護教諭と担任とスクールカウンセラーで心理教育の授業を行った。ブレインジムの中から有効な動きを選択し、EMDRの中で用いるバタフライハグの動きを加えて、「僕が咲かせる花」の音楽に合わせて動きを分かりやすく指導した。低学年はこの曲で指導したが、高学年は発達段階に応じた曲の提示等の工夫が

必要であり、リフレイミングの技法も加えた。

宮崎に帰り、曲と動きを合わせた振り付けの再構成を行った。神経発達障害の児童で構成されたダンスチームで練習を行い、勤務する病院の夏祭りで発表した。宮崎県のご当地キャラクターであるみやざき犬と一緒にダンスを発表することで、一人ひとりの成功体験となり、自己肯定感の向上にもつながった。

(4) 学校における心理教育

安達(2012)によると、学校における心理教育は「普通学級に在籍する子どもから成る集団(主に学級集団)を対象とし、子どもの心理的、社会的健康を増進することを目指した、心理学的知見、心理臨床実践を応用した教育実践活動」と定義されている。

心理教育の構成要素としては、①心理学的、精神医学的な正しい知識・情報の提供、②問題(困難)の対処・解決スキルの獲得支援、③参加者の相互サポートの促進があげられるが、特に当事者のエンパワメントが大事であり、主体的な取り組みへの強化を行っていく。エンパワメントとは緊急支援時の重要な要素であり、本来持っている力を発揮できない環境や状況にある人がその力を発揮できるようになっていくことである。災害支援の心理的ケアにおいては当事者へのエンパワメントが支援の中心となる。

① 新型コロナウイルス禍における心理社会的支援

災害・紛争等緊急時における精神保健・心理社会的支援に関する IASC ガイドラインから作成した窪田(2020)によると、新型コロナウイルス禍における心理教育の構成要素として以下があげられている。

- ・ COVID-19 に関する明瞭で簡潔、正確な情報
- ・ 恐怖や不安に関するノーマライゼーションのメッセージ
- ・ 何が起きているか、起こり得るかについての年齢に応じた安心できる情報の提供
- ・ 問題(困難)の対処・解決スキルの獲得支援
- ・ 呼吸法やリラクゼーションなどによるセルフケアの向上
- ・ 子どもたちが遊んだりリラックスしたりする機会の提供
- ・ 参加者の相互サポート促進
- ・ 子どもたちの声に積極的に耳を傾け、理解する態度を奨励
- ・ 安全で支えのある環境下での不安な気持ちを表現・やりとり

これらの要素を取り入れた心理教育を行うことによって、新型コロナウイルスへの正確な理解を図り、心の減災教育につなげることが心理教育の目的となる。

②心の減災教育

窪田ら(2016)によると、心の減災とは、心理的側面においても準備を行うことで、災害時に生じる心理的な被害を減らすことである。次に心の減災教育は、災害時に生じうる心理的影響についての理解と適切に対処するスキルを育成し、最終的には健康的な心の発達促進を目指すプログラムである。学校教育においては心の減災を目指した体系化されたプログラムの開発が望まれており、その実践が重ねられている。発達段階に応じた心理教育を行うことで、心の減災となり、災害後に健康的な心を取り戻す契機となることが考えられる。

(5) 新型コロナウイルス禍での心理教育

現在は新型コロナウイルス禍であるため、心理教育を実施する際は感染予防に留意しなければならない。マスク、仕切り版、フェースシールド等の使用やオンラインやオンデマンドを活用した実施が考えられる。感染予防や種々の業務で余裕のない現場での心理教育の提供であるため、負担の少ないツールの活用が必要であり、わかりやすい資料や動画などを用意しなければならない。また、短時間でコンパクトな情報提

供等への配慮が必要であると考えられる。

新型コロナウイルスに対する心理教育の実践として、新型コロナウイルスに対する心理教育の教材を作成し、担当の小学校で授業を行うために養護教諭、担任との打ち合わせを行った。その際、感染状況の把握と新型コロナウイルスに対して発達段階に応じた正確な情報を提供し、新型コロナウイルスへの差別や不安な気持ちの表現と対処法を中心に指導を行うことになった。役割分担を行い、養護教諭がナレーター、スクールカウンセラーは問題や対処法の指導を行った。担任は児童の指名や具体的な指示を担当した。

新型コロナウイルスの心理教育の教材では、新型コロナウイルスへの不安な気持ちへの対処法を技で表現した。人気のある「鬼滅の刃」の技の表現を意識して取り入れたことで、新型コロナウイルスの心理教育に興味をもち、取り組みやすそうな様子が確認できた。

また、蝶の羽の塗り絵で気持ちを表現出来るように設定し、活動に遊びの要素を取り入れた。塗り絵の蝶にはバタフライハグとのつながりを持たせた。新型コロナウイルスを大魔王のボスとして表現し、不安が生じる原因として関連性を持たせた。

1年生の女兒に赤い大魔王を怖がる反応が見られたため、青色の表情の優しい大魔王に変更した。養護教諭が作成したフィードバックの用紙には、様々な感想や意見が寄せられた。不安な気持ちへの対処方法を知り、家族にも教えたいとの感想や、不安を感じた時に実践してみたいとの反応が多く寄せられた。さらに、中学生用も教材を作成し、実践を重ねている。

5. 各実践報告の意義の検討

スクールカウンセラーの立場からの事故死への緊急支援は、悲嘆(グリーフ)のケアの実践と言える。児童達は身近な人との死別を経験した直後から、悲嘆のプロセスにあると言える。グリーフケアについては看護の領域での実践が知られているが、学校の緊急支援時のカウンセリングにおいてもこのようなグリーフケアの実践が求められる時代になっている。カウンセラーとして集団カウンセリングや個別カウンセリングを実践しながら、グリーフケアの観点から故人との思い出を話してもらうことで、彼らが悲しみを乗り越えて行く手助けになったと考えられる。傷ついた体験を信頼できるカウンセラーなどに話すことでトラウマの軽減につながる事が知られており、事故死についてのトラウマワークの実践とも言え、カウンセラーがひたすら聴く立場を取ることで、彼らは夢や虹の話の中に故人との思い出を想起し、自身のトラウマを少しずつ癒していくことができたと考えられる。

学校の荒廃への緊急支援では、生徒指導主事の立場からの取り組みであるが、次の3点にまとめられる。1つ目は学校職員と連携して学校をまとめた組織体として立て直したこと、2つ目は家庭や地域と連携することで失ってしまった信頼関係を構築したこと、3つ目は傾聴技法に徹した“地べた”カウンセリングは、反社会的な問題行動を起こす生徒達には極めて効果的であったことなどである。

平成19年度よりの特別支援教育の本格実施と並行した反社会的な問題行動の減少傾向が学校現場で見られ始めた。特別支援教育の基本は一人ひとりの子どもの教育的ニーズに応じた教育を行い、子どもの可能性を最大限に伸ばすことであるため、子ども達は個性が尊重され学校生活を安定して送れるようになったことが大きな要因と考えられる。

災害時や新型コロナウイルス禍での緊急支援は、臨床心理士としての立場からの取り組みである。災害時、特に震災の緊急支援では、過覚醒やフラッシュバックなどの特有の心身反応が生じるため、専門的な心理的ケアが実施される必要がある。また、学校教師には、被災した子ども達の描画の意味する内容についての心理教育が行われた。さらに、教師と連携した授業も行い、被災した子ども達の支援方法にブレイ

ンジムを取り入れ、彼らの思考・感情・感覚のバランスを整えるアプローチにより、子ども達のエンパワメントの促進を行った。また、新型コロナウイルス禍での心理教育を心の減災教育と位置付けた実践も行った。

* 第1章、第5章担当

** 第2章担当 宮崎県公立学校スクールカウンセラー

*** 第3章担当 クラーク記念国際高等学校、生徒指導アドバイザー

**** 第4章担当 医療法人尚成会 近間病院、臨床心理士・公認心理師

引用文献

- 1) 安東末廣(監訳)(2005).『幼児期から青年期までのメンタルヘルスの早期介入』、パイプファー、L.A.レディ(著)、北大路書房.
- 2) 安東末廣(監訳)(2007).『学校での危機介入～すべての職員が支援者となるために～』、M.A.ヒース、D.シーン(著)、北大路書房.
- 3) 安東末廣・安東桃子 (2020).「学校カウンセリングの現状と課題—支援対象や支援方法の多様性の検討—」,『宮崎国際大学教育学部紀要「教育科学論集」』第7号、pp10～19.
- 4) 安達知郎 (2012).「学校における心理教育実践研究の現状と課題-心理学と教育実践の交流としての心理教育-」,『心理臨床学研究』,30(2),pp246-255.
- 5) 窪田由紀・松本真理子・森田美弥子・名古屋大学こころの減災研究会編 (2016).『災害に備える心理教育』,ミネルヴァ書房.
- 6) 災害・紛争等緊急時における精神保健・心理社会的支援に関する IASC ガイドラインから作成した窪田由紀の資料(2020),福岡県臨床心理士会令和2年度全体研修会,心理教育の基本理念と枠組み-新型コロナウイルス禍に心理教育再考-.