

卒業生の近況報告

スクールカウンセラーとしての相談活動

北区教育総合相談センター所属・臨床心理士・公認心理師
兵頭 仁美
(平成 22 年度東京家政大学大学院臨床心理学専攻修了)

私は平成 23 年 3 月に大学院を修了し、その後、オーストラリアのフリンダース大学大学院で特別支援教育を学びました。日本に帰国後は、宇都宮市教育センターで、就学相談員や学校生活適応支援相談員として、また高校でスクールカウンセラーとして勤務していました。

平成 30 年 4 月から北区教育総合相談センターに所属し、スクールカウンセラーとして幼稚園や小学校、中学校を巡回しています。

北区スクールカウンセラー配置の目的は、東京都に準じており、

- (1) いじめや不登校などの未然防止や改善
 - (2) 学校内の教育相談体制の充実
- の 2 点となります。

また職務については、

- ① 児童・生徒へのカウンセリング
- ② カウンセリング等に関する教職員、保護者に対する助言・援助
- ③ 児童・生徒のカウンセリング等に関する情報収集
- ④ 児童・生徒のカウンセリング等に関して、配置校の校長や配置を所管する教育委員会が必要と認める事項

の 4 点が職務となります。

児童・生徒に対して個別面接を面接室で行うことが多いのですが、学校生活の状況を把握す

るために、教室や休み時間の様子など学校内の活動を観察することもあります。また、日頃から子どもたちに声をかけたり、スクールカウンセラーの存在を知ってもらえるようにしたりすることで、子どもたちから「相談をしたい」と声をかけられることもあります。そのため、カウンセラーが相談室を出て、子どもたちと接する機会をもつことはとても大切なことだと思います。

保護者への対応については、子どもの理解や関わり方等について助言及び援助を行うことがスクールカウンセラーに求められています。保護者からさまざまな相談を受けますが、発達障害に関する相談内容が年々増加しているように感じています。

カウンセリングの力だけではなく、発達障害や L G B T 等さまざまなことに関心をもち、それらに関する情報を収集したり、課題解決や理解に向けて取り組んだりすることもこれからのスクールカウンセラーに求められるのではないかと思います。

また、スクールカウンセラーは、教員が児童・生徒への指導のために必要な情報を提供したり、児童・生徒への関わり方について助言及び援助をしたり、学校のニーズに即した教員及び保護者向けの研修を実施したりすることが求め

られます。教職員との連携については、校内委員会で児童・生徒について情報を共有したり、児童・生徒の理解や今後について話をしたりします。

研修会は、学校のニーズに応じた内容を教職員向けに行うこともあります。児童に向けて「こころの教室」という特別授業を養護教諭と一緒にやることもあります。研修会や授業を通して、伝えることの難しさも改めて感じますが、貴重な機会をどう生かすかという私達の挑戦でもあります。

北区では、スクールカウンセラーのための研修会が毎月行われ、専門家の先生方の講演を聞いたり、助言を頂いたりします。学んだことを自分の実践に取り入れたり、新たな見方を得ることができたりするので、とても勉強になります。

小・中学校でスクールカウンセラーとして勤務し、多くのことを学び、気付くことができました。

まず、カウンセリングを行う中で、話した内容や言葉だけでなく、その向こう側の気持ちを感じ取ることが大切だと思います。内容や言葉だけを追いかけると話をしている方が何を伝えたいのか見えてこないことがあります。その内容や言葉を通して、どんな思いでいるのか、どんなことを考えているのか話をしている方の側に立ち、考えると何か見えるものがあります。そのお話を聴いて、私が感じたことを伝えながら、話をしている方の感情や考えを感じ取り、同じ方向を向けるよう努めています。また、しぐさや表情など言葉以外の様子を見ることもその方の理解につながると考えています。

一方で、発達障害や不登校等の情報や子どもへの関わり方について相談を受けることもあります。時代とともに、社会の中に新たな概念が

浸透し、一般的に認識されることにより、保護者の方々から日々さまざまな相談がスクールカウンセラーに寄せられます。そのため、スクールカウンセラーは、時代の流れに応じさまざまな情報を得るよう努めることが大切だと思います。

大学院生の頃、先生方から「心理臨床家になるなら、一生勉強を続けなさい」と言われたことを今でも覚えています。当時の私は、大変な職業を目指してしまったと思いましたが、今はそれが子どもたちのためになるなと思うと励みになり、やりがいを感じています。

次に、保護者の方々との面接を通して、保護者の方とよい関係を築き、つながりが切れないようにすることが重要だと考えています。

保護者の方々との面接では、初めは子どもの状態をなかなか受け入れることが難しく、つらさや苦しさ、焦りが伝わってきます。また、進路や将来について不安に感じていることも多いので、先生方やソーシャルワーカーと連携しながら、必要な情報を伝えたり、保護者の方が孤立しないようにしたりしています。

保護者の方々と継続的に面接を行う中で、「我が子がいたからこそ大切なことに気付くことができた。」とおっしゃる方もいます。困難なことがあっても、子どもの状態や今の状況を別の視点から捉えたり、子どもの立場に立って考えたりすることができるようになると、保護者の方の物事の見方や考え方が変わっていくように思います。

困難な時は、どうしても子どものマイナス面に注目しやすくなります。しかし、子どもは大人が思う以上に大きな可能性を秘めており、ポジティブな面に注目したり、力を発揮できるようにサポートしたりすることが重要です。子どもたちとの関わりや観察を通して、私も彼らの

方に驚かされることがよくあります。

子どもの立場に立って物事を考えられるようになった保護者の方でも、「親の立場から考えると不安で、苦しくなることもある。」というお話を伺うこともあります。我が子を思うからこそ複雑な思いを抱かれるのだと感じます。保護者の方の気持ちにも寄り添えるスクールカウンセラーでありたいです。

保護者の方々との面接を通して、子どもの状態を受け入れるまでには時間がかかること、行きつ戻りつしながら少しずつ受け入れていくことを改めて知ることができました。相談室に来てくださることを当たり前と考えず、時間を作り相談室に足を運んでくださっていることにも感謝し、保護者の方とのつながりが切れないよう関係を大切にしながら、誠意を込めて今自分ができるところをしていきたいと思います。

最後に、学校内外での連携についてです。私一人の力では問題を解決することが難しい場合もあり、学校の先生方やソーシャルワーカーの方と連携して取り組んだり、他機関を紹介したりすることもあります。

学校内では、校内委員会が行われ、児童・生徒の情報を共有するとともに、今後学校でどのような指導や支援を行うかという方向性についても話し合われます。カウンセラーとしての意見も取り入れてくださるので、積極的に参加するようにしています。先生方にどのようにお伝えしたら子どもたちの状態や現状を理解していただけるか日々悩むことも多いですが、私の話を聞き、一緒に支援などを考えてくださる先生も多いのでありがたいです。

スクールカウンセラーとして日々いろいろな方と面接を行っていますが、今の私があるのは、東京家政大学大学院で多くの先生方から臨床心理学等の学問だけでなく、心理臨床家としての

在り方についても教えていただいたからです。まだまだ力不足を痛感しておりますが、今後も研修会に参加する等自己研鑽に努め、少しでも子どもたちや保護者の方、先生方の力になれるよう日々精進していきたいと思います。

結びに、このような執筆の機会をくださった臨床相談センター所長の相馬先生、また日頃よりお世話になっている皆様に心より御礼申し上げます。