

養護教諭のカウンセリング的対応 —アドラー心理学の勇気づけを用いて—

柴山謙二（熊本大学教育学部）*

* 論文執筆時

「教育と医学、1990年9月号、慶應通信」より転載

要旨

キーワード：

1. はじめに

社会・学校・家庭の構造や価値観が著しく変化していくなかで、子どもたちの心と身体は大きな圧迫を受け、建設的に生きる勇気が損なわれつつある。そのような彼らの心身の健康問題の変化に応じて、養護教諭の職務は従来の健康診断や救急養護主体から、相談や指導中心へと大きく変化してきた。

保健室にやってくる子どもたちの訴えには、学校や家庭での様々な人間関係の悩み、能力や性格の問題から将来への不安が絡んでいることが多い。保護者も養護教諭の執務項目の第一位に「保健室に来室した子の健康問題や心の悩み相談」を選ぶほどである。これらの動向のもとに、ごく最近になって養護教諭によるアプローチとして、心身医学的あるいは相談心理学的モデルのヘルス・カウンセリングが提唱されてきた。

一般には、保健室で心身に何らかの問題をもって養護教諭の処置を受け、記録に残った児童や生徒は、多くで全体の割ほどであると言われている。付き添ってきた子、何となくやってきた子など、さらに記録に残らない者が多数いる。一日の延べ来室者数はすごい数になる。そのうえ、現在の養護教諭には、健康診断や各種保健指導から、病気やけがの救急養護、心身症の除外診断、神経症や精神病の診断と処置、これらに伴う学校内外の連携に至るまで、相当広範囲の対応が要求されている。しかも、問題が多様で複雑になっており、彼らは予定もなく保健室にやってくる。まさに臨機応変の対応が必要である。

このような特質を踏まえて養護教諭によるアプローチの在り方を考えた時、大学や病院や相談機関などで行われているような時間的空間的に「構造化されたカウンセリング」と、日常の保健室の中で一人一人の状態に合わせて適宜行われている「カウンセリング的対応」（子どもの諸能力を開発し育成する教育的要素が多く含まれる）とを区別したほうが現実的であろう。その時々に応じた処遇を必要とする子どものほうが多く、また子どもたちの多様なニーズにより実践的に応えるためには、「カウンセリング的対応」を洗練化したほうが得策だと思える。

2. 養護教諭による養護教諭のための実践的研究

筆者は養護教諭が自らの対応の特徴を活かした理念と方法を開発すべきであると考え。その意味で、小・中・高校で自らが取り扱った二〇七事例を分析した森田らの研究（「日常的に行う相談活動の実際」東山書房）は、養護教諭による養護教諭のための本格的な実践研究と言える。以下に紹介したい。

彼女らは、保健室を訪れる子どものニーズを、(1)心を安定させたい「情緒ニーズ」、(2)保健知識を知りたい「知識ニーズ」、(3)身体を保護したい「処置ニーズ」、(4)問題を具体的に解決したい「生活調整ニーズ」に分類し、養護教諭自身がこの生徒にはこの対応が必要だと判断する「養護ニーズ」とに区分した。彼女らは「相談的対応」と呼び、「児童や生徒の情緒に注目しつつ、…単純な救急処置や連絡報告だけでなく、ある程度時間をかけて話を聞き、説明したり、情報提供や助言、指導などを行う」きわめて広い範囲の対応と定義している。

その相談対応の具体例（同書二〇～二三ページ）は次のとおりである。

身体のだるさを訴えてきた中学三年生のK子に対して、養護教諭はその態度や言動を観察しつつ、その子のベースにそって受容的に応答し、疲労感や父親への嫌悪などの感情を反射したり、明確化する。同時に疲労状態を把握し、ベッドにしばらく休養させる。その後さらに悩みを訴え始めた彼女に積極的に傾聴し、父親の態度への不満などの感情を明確化し、問題を整理する。

そしてK子が一応安定したところを見計らって彼女の父親や母親の心理的状況を推測して説明し、本人の家族への貢献（仕事に失敗した父親を支持したり、病気で入院した母親の代わりに家事を担っていること）を伝え、症状発生の経過を解釈している。本人が納得した段階で、父親との付き合い方や家事の仕方などを助言し、本人はそれらを受け入れ、勇気づけられた様子で保健室を退室している。K子のその後の様子が書かれていないのが少々残念だが、その回だけの対応としては、実に見事であると思う。実際の対応の典型なのであろう。

3. 勇気づけ

A・アドラーとその後継者が発展させた現代アドラー心理学の理論的な特徴は、(1)行動の原因ではなく目的を分析し、(2)人間を分割できない全体として把握し、(3)客観事実に対する主観的意味づけのシステムを重視し、(4)対人関係を分析し、(5)主体的決断能力を重んじることなどである。「共同体感覚」の育成を目標とし、心理臨床、親教育、学校教育などに応用されている。アドラー心理学のカウンセリングは、クライアントとカウンセラーが相互に尊敬し合い相互に信頼し合う対等の協力的交友関係（それは権威権力的な縦の関係に対して、横の関係と呼ばれる）のもとに行われ、実生活上の諸問題を解決するために、クライアントの建設的な行動について積極的な助言を行う、人間主義的なカウンセリングである。

さて、筆者は前述の森田らの方法を高く評価している。その上で子どもたちの心身の健康をいっそう開発していくために、アドラー心理学の中心的技法である「勇気づけ」（広い意味では以下の四項目すべてが勇気づけである）の援用を提唱したい。

(1) 相互尊敬・相互信頼に立とう

その子が障害を持っていても、ノイローゼであっても、クラスをかき乱す子であっても、たとえどんな子どもであっても、この世に生まれたかけがえのない存在として、カウンセラーのほうから尊敬する。そして、反抗的であっても、校則違反をしても、自分の殻のなかに閉じこもっても、たとえどんな間違った行動をしても、その行動は善意図に動機づけられている。力をアピールしたい、自由に自分の意思でやってみたい、仲間の中に入っていきたい、愛情を得たいなどの目的を持っているかもしれない。その意図はきっと善いもので、正しい適切な行動を知ったら、

そのようにできるようになる。カウンセラーのほうから先に、子どもをどこまでも信頼し続ける。そして、一緒に協力して問題を解決しようと、対等の「横の関係」を取り結ぶ。

まず「子どもを尊敬しよう、信頼しよう。横の関係をとりとう」と決心しよう。その上で、保健室での毎日の仕事の際に、この態度をとり続けてみよう。子どもは、先生の雰囲気や、言葉の調子や態度から、自分たちを尊敬し信頼してくれているのを感じるだろう。そうすると、子どもが今よりもいっそう先生を尊敬し信頼するようになるであろう。そのような日常的な接し方から、カウンセリング的対応が始まるのである。

(2) 当り前の適切な行動に注目しよう

アドラー心理学では、子どもの行動を「不適切な行動」と「適切な行動」とに分ける。不適切な行動とは、他人や自分を傷つけたり、物を破壊したり、みんなで決めたルールを破ったりする行動である。一般に子どもの不適切な行動を教師や親が叱れば叱るほど、子どもは不適切な行動を続ける。心が傷ついている子どもは、無視されるよりも、叱られてでも教師や親から関心を向けられることを望んでいる。だから、彼らは不適切な行動を続けるのである。不適切な行動以外は全部適切な行動だと考える。

例えば、K子については事前情報で「つっぱって、喧嘩したり、授業中の態度が悪い」という不適切な行動が分かっているが、これ以外ではK子は学校に出てきて、教室に入り、態度は悪くても椅子に座り、授業は受けている。さらに、家庭では悪条件の中で家事のすべてをやりこなしている。疲れきった自分を何とか回復させようとして、自分から保健室にやってくる。ずいぶん適切な行動をとっているし、自己調整能力を持っている子とも思える。詳しく観察して行けばたくさんの適切な行動を見いだせよう。これらの適切な行動に注目して、様々な働きかけができる。

「朝起きてから寝るまで、子どもたちは適切に行動しているのだ。そのように子どもたちを捉えよう」と決心してみよう。そのように決心したら、子どもの適切な行動が見えてくるだろう。不適切な行動に注目せず、代わりに、その当り前と見過ごしてきた適切な行動に注目して、声をかけたり、認めるよう働きかけてみよう。登校してきたら、「やあ、おはよう」と声をかけたり、廊下ですれ違ったら、にっこり笑って、肩でもぼんと触れてみる。彼らは授業を受けたり、掃除をしたりしている。「やあ、やってるね」と注目してみる。友だちと楽しく話をしたり、遊んだりしているのを見かけたら、「あなたが友だちと話したり、仲良くしたりするのは、とても素敵だなー、先生はそう思うよ」などと言葉をかける。そして、その子の反応を見届ける。無表情であってもマイナスでなければよし、ニコッとしたらなおよしである、子どもたちは、登校中でも、授業中でも、休み時間でも、給食時間でも、掃除の時間でも、下校時でも、たくさんの適切な行動をしているはずである。担任の先生とも話し合っ、その子の適切な行動に注目して勇気づけの実践をやってみよう。必ず望ましい効果が出てくるであろう。

(3) 勇気づけよう

アドラー心理学では、不適切な行動をしている子どもは、学業、友人関係、親子関係、将来の方向などについて取り組む勇気がくじけていると捉える。したがって教師や親は毎日の生活のなかで、様々な角度から彼らを勇気づける必要がある。

勇気づけとは、「患者の人格や行動の肯定的な側面に着目して自己受容を援助すること」である。具体的には、(1) 貢献や協力に注目する、(2) 結果よりも過程を重視する、(3) すでに達成できている成果を指摘する、(4) 失敗をも受け入れる、(5) 個人の成長を重視する、(6) 相手に判断をゆだねる、(7) 肯定的に伝え返す、(8) 私メッセージや(9) 意見ことばを使う、(10) 感謝

し共感する働きかけである。これらはすべて教師や親が相互尊敬・相互信頼関係に立っている場合の働きかけであり、子ども側からすれば「教師や親から理解されている、信じてくれる、待っていてくれる、生きる力が湧いてくる」と感じられる働きかけである。

保健室の中でも、子どもたちを勇気づけるチャンスはたくさんあるだろう。外科の処置をしているときに、きちんと椅子に腰掛けていれば「そんなふうにならずにいてくれたら、手当がしやすいのよ」と声をかけたり、処置をしている時養護教諭の手伝いをしてくれた子どもには「とても助かった。ありがとう」と言うことも、介助してくれた子どもにも「あなたたちのおかげで助かった」と告げることもできる。子どもは、養護教諭を通じて、自分が人のために役だったことを感じ、喜ぶだろう。

子どもたちの訴えを積極的に傾聴し、感情を明確化したり、問題を整理したりすることも勇気づけである。試験で悪い点を取ってがっかりしたり、スポーツの試合で失敗してしょげている子には、がっかりした気持ちを汲み取って、「残念だね。せっかく努力したのにね」と告げたり、感情が一応落ち着いた段階で「失敗したけど、一生懸命やったんだね」と努力を評価したり、「たまには失敗することもあるよ、この次はどうすればいいだろうか」と、前向きに一緒に考えることもできる。場合によっては、静かに見守っていることも勇気づけとなるだろう。

自分の性格について悩んでいる子には、どのように受け取っているかを十分聞いた上で、「人見知りをするじぶんをいやがっているようだけど、まじめで慎重、謙虚で、奥ゆかしい性格、ゆっくり確実に自分を発揮できるタイプだと思いますよ」と肯定的に伝えることもできる。

算数や理科など苦手な科目の前になると、いつも軽い不安愁訴を訴えてくる子がすぐに教室に戻るようになったら、本人の感じ方を聞いた上で「少し気分が悪くても授業を受けようとしたことはいいと思うな」「少しやる気が出たようで先生は嬉しいよ」と勇気づけできよう。

子どもたちは、たまには少し元気な様子で保健室に現れることもあるだろう。話を聞いて元気なことを確認した上で、「あなたの元気になろうとしているのを見ると、先生嬉しいなー」の言葉かけも勇気づけである。

前節のK子については、K子が父を支えていることや家事を手伝っていることは、とても素晴らしいことである。来室時に学校生活や家庭生活で適切にできていることを認めたり、明確化したりして、家庭への貢献と協力について積極的に勇気づけられる。そして彼女に問題を解決する能力があることも勇気づけられる。そのような対応を続けていくと、子どもは少しずつ明るく、元気に、すなおになってくるであろう。

(4) 代替案を一緒に考えよう

K子の事例で、養護教諭は彼女の情緒が安定した段階で状況を説明・解釈した。本人は納得し、助言を受け入れている。養護教諭の助言は具体的で実行可能なものようであり、筆者はとてすばらしい対応だと思う。

アドラー心理学では、これに似た対応を「代替案の模索」と言う。養護教諭は子どもたちから傷病の治し方や、学校、家庭、クラブや塾での人間関係のトラブルの改善、学業から進路についてまで相談されることがあろう。その場での助言や支持によって解決が可能と思われる場合も多いと思われる。その際、養護教諭としては、あくまで子どもたちと横の関係を保持して、相手を深く理解し、多くの社会的経験と知恵を持った友人として、子どもが抱えているものが実生活上の問題であれば、感情が落ちついているのを見届けて、その子に「どうしたらよいのだろうか?」「何かよい案がないかな?」と問いかけて、今までのやり方とは違う、より合理的な行動や解決策(代替案)を一緒に考えよう。いろいろな代替案が出てきたら、実行可能な具体的な方策を本人に選ばせる。「そのうちのどれにするかな?」と子どもが自分の力で選択するように勇気づけ

ることが大切である。

その代替案がどのように実践できて、どのような成果が上がったかを後日話し合うのは言うまでもない。もしうまく行かなかったら、さらにより良い実行可能な代替案を検討する。子どもは一朝一夕で変化するものではない、焦らず、根気強く対応するのが肝要である。

4. おわりに

もとより学校は教職員集団で経営されている。子どもの問題は養護教諭だけで解決するのが最善ではないだろう。秘密保持の重要性を理解した上で、学校内外でのメンタル・サポート・システムを十分に機能させる必要があるであろう。そして保護者と深い信頼関係を結ぶ必要がある。いずれの場合でも、養護教諭はそのコーディネーターとして、連携する人たちに、「子どもの健全な成長のためにどのように働きかければ最善であるか」を呼びかけ、彼らの有効な働きかけをも勇気づけることができるであろう。

最後に、養護教諭の皆様のご活躍をお祈りいたします。

〔参考文献〕

- アドラー・A、 高尾利数訳 「人間知の心理学」 春秋社、1927
- アドラー・A、 高尾利数訳 「人生の意味の心理学」 春秋社、1932
- 野田俊作 「アドラー心理学基礎講座ビデオテープ全8巻」 アドラーギルド、1989
- 野田俊作 「アドラー心理学トーキングセミナー」 アニマ 2001、1989
- 野田俊作・萩昌子 「クラスはよみがえる」 創元社、1989
- 森田光子 他 「日常的に行う相談活動の実際」 東山書房、1989
- 野田俊作 他 「実践カウンセリング」 ヒューマンギルド出版部 1986

更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載