精神科医相談ってなあに？

精神科医と連携が必要と思われるケースについて相談できます。先生方で不安を感じるケースがありましたら、どうぞ金沢市教育相談センターへご連絡下さい。保護者の方が直接相談するものではありませんのでご注意下さい。

精神科医の適切なアドバイスにより、問題点が整理され、取り組みの今後の方向が見えてきます。

＜今年度の相談例＞

○授業中じっとしていられず、クラスからも飛びだすことがある子どもへのかかわり方について
○家庭内暴力がエスカレートし、こだわりも強くなってきた子どもへのかかわり方について
○対人関係がうまくとれず、暴言、暴力等をよく起こす子どもへのかかわり方について　（國坂）

はなす・きく・いえる…電話相談から

電話相談の役割は、「情報提供」「緊急援助」「相談」の３つに大別できます。

「情報提供」とは、教育相談センターの機能や他機関との相違点を説明したり、あるいはいじめ・不登校・発達障害などの教育上の諸問題に関して、主に知識としての助言や指導を行います。中には広く生活一般についての問い合わせもあり、説明の困難なものはより適切な相談機関を紹介しています。

「緊急援助」とは、いま自分たちでは解決できそうもない問題を抱え、このまま時間を費やしてはますます悪化しそうな危機的状況にある人が、緊急に助けを求めてくる場合のものです。いじめや非行、性や犯罪に絡む事件性のある場合など、その緊急度を推し量りながら可能な援助方法を考えます。特に「死にたい」と訴える電話には緊張感が走り、対応への慎重さが求められます。

３番目の「相談」は最も多いものです。同じ人からの継続もあります。できるかぎりカウンセリングの基本にのっとり、かけ手の訴える問題といまの感情を聴くように心がけます。電話はいつでもどこからでもかけられるという便利なものですから、困った時や混乱した時にすぐにかけられます。そのため、受け手のみならずかけ手自身も話の意図がつかめないことが少なくありません。語られる内容と揺れる感情を受けながら、かけ手の心の整理を手伝わせていただくことに努めています。

かけ手の考えや行動に異常性を感じる時があります。その時こそ「その人の置かれた状況、その人のこれまでの暮らし方では、それが正常なふるまいかもしれない」と考えてみることにしています。私が相手の立場を自分に引き当てて考えるのは、話を聴いている間だけです。当の本人は、わずかな通話時間の前後もずーっとその問題の渦中にあるのです。安全地帯から渦中にある人の立場を理解し共感するのは容易ではありません。それを承知で、逆に距離を離すことで見えてくるものもあると信じて話を聴かせていただこうと思っています。

「この人になら人に言えない胸のうちを話すことができそう」という信頼できる関係づくりが何よりも重要であると思います。電話相談に理論や技法が種々あるにしても、「話すは離す・放す」「聴くは効く」「言えるは癒える」ことを肝に銘じて相談を受けています。　（古市）

（発行者）金沢市教育相談センター
所　長　　澤　井　　弘
〒920-0852　金沢市此花町2番7号
TEL(224)0874　FAX(263)7830
kyouiku_so@city.kanazawa.ishikawa.jp

写真：「そだち」夏の野外活動・バーベキュー遠足での一コマ

平成13年2月28日発行

治る・治す、育つ・育てる

所長　澤　井　　弘

不登校が増え続け私たちの教育相談センターではそれについての相談も大変多くなりました。自分の子どもが不登校になりとても悩んでいる保護者との面接で、涙ながらに「一日も早くこの子が治ってくれればうれいのですが…」と話されたお母さんの顔がなかなか忘れられません。また子どもが健やかに育つことを願う伝統行事や言葉がとても多い事からみても子どもが育つことを願う親心が痛いほど分かるような気がします。

不登校の原因や背景には多くの要因があり、その取り組みはとても難しく時間がかかります。家庭でも学校でも専門機関でも大変な労力を払っていますが、いまだに不登校の子どもたちが減少する兆しが見えません。

医学の分野では人間の生命力、自然治癒力つまり生きる力、治る力を信じその上に治療行為がなされているそうです。つまり「治る力」の上に「治す」行為がなされているということになるようです。この際に医師と患者の間には信頼関係が必要なことは言うまでもありません。

同じことが子どもを育てる場合にも言えそうです。子どもは本来「育つ」存在としてとらえたいものです。そしてそのうえに「育てる」行為を位置づけたいものです。子どもと保護者間にはもちろん揺らぐことのない信頼関係が必要だと思います。

治療行為にも育てる行為にも子ども本来の持つ力を信じ的確な支援をし続けることが大切だと思います。放任でもなく、全てを本人任せでもなくその子の心身の発達を見極め的確な接し方、支援を続けたいものです。不登校の子どもたちは「登校しない」「登校できない」という形で親や教師や相談担当者にこのことを訴えているような気がしてなりません。

教育相談センター活動紹介

電話相談：教育上の問題全般の相談に応じています。TEL076－224－0874
面接相談：児童・生徒・保護者・教師の面談に応じます。※事前に電話で予約をお願いします。
家庭訪問相談：閉じこもり傾向の児童・生徒のいる家庭に専門の相談員が訪問相談を実施します。
適応指導教室［そだち］：不登校児童・生徒の居場所を提供し、学校復帰や自立のための援助を行います。
定期通所相談：定期的に教育相談センターに通所し、児童・生徒とその保護者に個別援助を行います。
精神科医相談：精神科医と連携が必要と思われるケースについて相談します。

学校からの声

学校の中で教育相談の係を担当されている小学校・中学校それぞれ一名の先生から『学校からの声』をお届けいただきました。許可を頂きましたので掲載致します。

○○小学校　Aさん（6年生、主訴:不登校）への援助について

5月頃より休みが目立ちはじめ、その後不登校が続くようになったAさんですが、家庭との連絡を続ける経過の中で、保護者の方からは昼夜逆転に近い生活リズムの乱れが伝えられました。そこで、教育相談センターの担当者に学校へと足を運んでいただき、「Aさんと保護者にどのような援助ができるのか」を担任の先生と一緒に考えていただきました。

何回かの相談を通じて、Aさんの持っている「自らを高めようとする意欲」「人とかかわる力」が問題解決のリソース(資源)ということに気づくことができました。そこで、家庭訪問時にはAさん本人とのやりとりの中で積極的に登校を勧め、学校で学ぶことの大切さをAさん自身が自覚できるように援助をすすめました。また、保護者の方には家庭での生活リズムを整えるような配慮をお願いしました。その結果、2学期には週3日の登校ができるようになり、登校した日には楽しく友だちとかかわっている様子もみられるようになりました。今は、Aさんは担任の先生と放課後個別学習も続けています。休んでいた時の学習の遅れを取り戻すためです。

今回のケースでは、保護者が直接教育相談センターに相談には行っていません。その前に学校でできることを重視し援助にあたりました。問題がこじれる前に学校と教育相談センターとの連携で援助方針を決められたことは有り難かったと思います。これからも子ども自身と保護者が問題の解決に向けて動き出せるような援助をしていきたいと考えています。

○○中学校　Bさん（1年生、主訴:学校での不適応行動）の相談を通して思うこと

級友とのやりとりで頻繁にかんしゃくを起こし、その対応に苦慮していたBさんについて、教育相談センター担当者との相談を続けながら、併せて2学期には『精神科医相談』を活用させていただき、3学期に入ってからは、『校内研修会(生徒理解のためのケースカンファランス)』を実施しました。

その中で、比較的学業成績の良いBさん本人の「わがまま」「きまぐれ」と考えていた行動が、他者の意図や感情を読む「社会性」の面や「コミュニケーション」面の困難に起因する可能性があることが分かりました。そのため、これまでの躾や育て方など「過去」に目を向けて問題を考えるのではなく、「未来」志向の発想で、校内でどうしたらBさんが過ごしやすくなるかを考え、学年の教師集団がチームとして動くことが必要だということに思い至りました。

このような教育相談センターの相談のシステムがあることは知っていたものの、敷居が高いものと思っていました。しかし、いざ始めてみると、利用しやすくとても役立つことが分かりました。利用実績を含めて「いつ・どこで・どんな問題に対して・どんな形態で」相談のシステムを利用できるのかということを教職員へ広くアピールしてくださると、活用の機会も拡がるのではないかと思います。

これからの学校と教育相談センターとの効果的な連携のために貴重な示唆が得られたように思われます。どうもありがとうございました。

来年度も教育相談センターでは、本年度と同様に学校への援助を重視して相談にあたりたいと考えています。ご意見やご要望などがありましたらお寄せください。　（上農）

「なんで決めつけるんや」

子どもと向き合うことが大切だとよく言われていますが、そのことは具体的にどういうことなのか、これまでの自分はどんな姿勢で子どもと向き合ってきたのかを「そだち」の子ども達と日々かかわる中で考えるようになりました。

そのきっかけになったのは、昨年の夏に当教育相談センターで開催された「障害をもつ子どもと教師とのコミュニケーション」（講師　金沢大学　大井学教授）という講座に参加してからです。その内容は子どもの行動をビデオ撮影し、数名の教師が色々な角度からその子の目や手の動き、表情など秒単位の映像を何度も何度も観察し、行動の意味を細かく分析していくというものです。コミュニケーションに困難を持つ子どもが発しているサインを受け取る側の教師が細心の注意を払って読みとることの大切さを学びました。

同じ子どもが生き生きとしたり、反対に問題視されたりと、教師の姿勢・見方の違いは子どもに大きな影響を与えてしまいます。どちらかというと私は自分だけの経験で子どもを見て、一方的に向き合ってきていたように思います。そして、それ以上に自分を省みないでうまくいかない時は子どもに責任を転嫁していたことに気づかされました。

このことはコミュニケーションの不得意な子どもだけに言えることではありません。教師、大人の一方的な決めつけの言動が子どもを遠ざける原因となっていることが多いのではないでしょうか。最近「そだち」の子どもとの会話の中でこんなことがありました。私が「今日は○○君来ないね。でも彼のことだからもうすぐやってくるだろう」といつもの彼の行動を予想した言葉に、友人のA君は「先生はすぐそんなふうに決めつける」と返してきました。また、ある日、弁当を買いに行ったB君に「どうしたんや、遅かったね」と弁当を持ってきていない彼に私は「外で食べてきたな」と説教くさく言ってしまいました。その彼は「なんで決めつけるんや」と怒った表情で言い返してきました。

この二つのやりとりは私の日頃からの決めつけた言動からくるものだと反省すると同時に、子どもの心情やこれまで生きてきた背景を受け止め、彼らと共に人として生きることの意味を考えることの大切さを教えられたように思えてなりません。

（中田）

相談の基礎3　生きる力を支える

未来に向かって成長していく子ども達は、大人になる過程で多くの壁に突き当たります。どうしてよいかわからず、不安や憤りなどで自分の感情をコントロールできず体調を崩す子さえいます。そんな時、教師はどのように子ども達を支えていけばよいのでしょうか。

例えば子どもの気持ちの状態を考えず、頭から教師の価値観を一方的・指示的にぶつけた場合、「自分の気持ちなんか誰もわかってくれない」「どうせ自分はだめなんだ」など、心の中で自己否定感を更に増大させることがあります。自分の意志決定に自信を失い、自ら成長する力を弱めることにもなります。

そのような子ども達にとって必要なのは自分を理解してくれる人、受け入れてくれる人の存在です。私も相談センターで子どもと接する時は、できる限り子どもの気持ちを理解するよう心がけてきました。子どもの話に耳を傾け、言動の背景にある気持ちを感じ取り、時には子どもの気持ちを確認しながら話を聴きます。自分のことをなかなか話せない子もたくさんいますが、その子どもをそのまま受け入れ、「話さなくてもいいよ。私はあなた支持しているよ」という姿勢で焦らずにかかわります。そうすることで、子ども達は心を開いてくるとともに、自分の存在感を少しずつ肯定的に捉えるようになります。

「人生で一人でも自分の心をわかってくれる人がいれば、生きる力になる」とカウンセリング心理学者の國分康孝は語っています。もちろん子どもの気持ちを完全に理解することなど到底できることではありませんが、子どもの気持ちを大切にしようとすることはできます。子ども達が「この先生は自分を受け入れてくれているんだ。この先生の前では安心できるし、ありのままの自分を認めてくれる」という気持ちになれたら、子ども達はどんなに心強いか知れません。それが、子ども達が突き当たった大きな壁を自ら乗り越えようとする力につながるはずです。

教師はかけがえのない子ども達の心を大切に聴き、安心感のある関係を築いて、子ども達の生きる力を伸ばすように支えていきたいものです。　（篠原）