公認心理師の資格をもつ ガイダンスカウンセラーの実践 7

不登校相談、発達障害相談の実践から

鹿児島純心女子短期大学教授
益満（ますみつ） 孝一（こういち）

はじめに

現在の本務校の学生相談室は、私と、女性の公認心理師（教員）と非常勤の三人体制である。小規模校であるが、相談者も多くお二人の女性のカウンセラーの負担が大きい。

私は、一九九二年に東京都田無（現西東京）市教育相談員を経て、一九九八年に文部省スクールカウンセラー（以下、SC）調査研究委託事業により千葉県の中学校に配置された。恐喝による中学生の自殺で新聞報道された学校だった。以後、熊本県の中学校、さらに福岡県や佐賀県の高校のSCとして約二〇年を経験した。教育カウンセラーであり、ガイダンスカウンセラー（以下、GC）としての活動でもある。教職は母校東京理科大学（二部）で中・高校の理科の教員免許状を取得しており、教育領域での活動で役立った。

私は二〇一八年の第一回公認心理師試験に現任者講習受講し合格したことで念願の公認心理師となることができた。国家資格は、社会福祉士・精神保健福祉士とあわせて三つとなった。上述の国家資格の大学での養成、認定社会福祉士制度におけるスーパーバイザーでもGCは役立った。公認心理師は保健医療、福祉、教育その他の分野における専門職であり、文部科学省と厚生労働省という二省の管轄する国家資格として誕生した意義は大きいと言える。

本稿では、主に中学校や高校でのSC体験をもとに、GCの強みを生かした育てるカウンセリングの実践活動について紹介する。

1 公立高校での実践活動から

県立高校のSCとして、拠点校を含め近隣の三～五校を午前・午後の各四時間で巡回し、年間三五日間程度である。各校には月に一回程度、四時間勤務であった。この勤務条件で生徒とのカウンセリングだけでなく、次の勤務日までの「クライエント」への支援について、教育相談担当など関係者と協議する。また、保護者との面談を積極的に行うことで、家庭内における親子関係の調整も行った。この実践は、ケースマネジメントを重視した実践であり、解決志向型のカウンセリングによる支援が効果的だった。教育相談担当との信頼関係こそがSC実践活動の成否に影響すると言って過言でない。また、養護教諭との連携も重要である。教育相談担当や養護教諭、さらに担任との信頼関係があればこそ、生徒にSCへの相談を勧めてくれる。この信頼関係の背景には、共通基盤としての「教育」という「価値観」があることは言うまでもない。

2 不登校相談の実践から

不登校相談は、欠席がち、体調不良の訴えなど担任や養護教諭の情報共有による早期の介入が肝心である。高校生の場合はとくに、欠課時数を生徒と相談しながら、1/3を越えないように工夫する必要がある。

それでも欠課時数が多くなる場合は、教育相談担当や校長などを交えて、「子どもの最善の利益」になるように、春休みなどに補講を行い、進級や卒業ができることで生徒が心身とも回復する事例から、教職員の不登校についての理解が促進された。たとえば、気分障害と診断されて、服薬治療などによって、三～六か月で

精神面が回復されるだけでなく、進級により将来展望が開けることで心身ともに回復基調となる事例も少なくない。

統合失調症、気分障害などを発症した場合やその恐れのある場合は、教育相談担当、養護教諭、教頭など管理職を含めて、生徒の自殺、妄想などによるリスクについて協議しておくことは重要であろう。とくに、保護者の理解は欠かせないものであり、「養護教諭」を中核とした精神科クリニックや精神科病院の精神保健福祉士などとの連携は、危機対応のうえで重要である。また、入院後に復学した場合にリストカットだけでなく、自殺企図などのリスクについて、担任を含め保護者も同席のもと、見守り体制をできるだけ整えておく必要がある。

とくに、欠課時数を超え退学する場合に、保護者を含めた通信制への移行支援は重要である。担任を中心とした支援を行うことで、退学後も担任と保護者を含めた「絆」ができ、元生徒、保護者と担任との関係をSCとして支援することで大学への進学などにつながることも多い。

3 発達障害相談の実践から

発達障害およびその恐れがある生徒が、クラスの人間関係の変化や学校生活へ適応できずに、いじめの対象となり、不登校状態から引きこもり、退学にいたることも少なくない。こうした生徒への対応には、学校内の多目的教室、教育相談室などを活用して「安らぎどころ」の設置を行うことにより、自宅での引きこもりからの教室復帰に有効であった。

この場合、教職員の配置が必要であり、学校に詳しいGCであれば、教育相談担当との協議により設置の促進がしやすい。SCは生徒や保護者のメンタル面の相談だけでなく、「安らぎどころ」など居場所づくりを行う役割も重要である。これは新しい社会資源の開発であり、生徒の心身の実情に合わせ、学校側との交渉によって、運用上の理解を得ることが生徒の問題解決に役立つ。

また、忘れ物、特異な行動などで学校生活を行ううえで困難となることが少なくない生徒もいる。保護者との面談を通して、精神科クリニックの受診を勧めるケースも増えている。卒業後を視野に入れた精神保健福祉手帳の取得、あるいは卒業後に向けて就労支援施設などの見学も行うことが必要な場合もある。

4 ガイダンスカウンセラーだからできたこと

SCの活動として求められることは、構成的グループエンカウンターなどを用いた新入生向けの人間関係づくり、自己理解やメンタルヘルスなどに関する研修である。学級や学年を単位として、カウンセリングに関する講話などを通して学校コミュニティへ働きかけることは肝要である。SCといえ見知らない人に相談に行くことは、思春期の高校生にとって大きな心理的障壁になる。校内講話などを通して、「見知った」人になることで、相談への「敷居の高さ」は軽減される。

今後、GCとその基礎六資格（学校心理士、学校カウンセラー、認定カウンセラー、キャリア・カウンセラー、教育カウンセラー、臨床発達心理士）をもつ方々が、教育領域を中心に活躍されると思われる。できれば、乳児院、児童養護施設、里親支援など児童福祉、さらには、就労支援など障害福祉における公認心理師として活躍の場を広げていただければと思う。また、児童虐待などの事例でも子ども育ち直しの課題があり、GCの背景が役に立つと思われる。

おわりに

公認心理師養成は大学から大学院まであり、精神科病院などの実習はさまざまな困難が予想される。社会福祉士・精神保健福祉士の養成に携わった仲間から、「福祉系大学の急増による福祉離れ」を通して、学生の質が大きく変化したとの切実な声が聞かれる。そのなかで、スマホに代表される通信機器の発達などで他者とのコミュニケーションがむずかしく、対人関係に困難を抱える者の増加は、公認心理師養成には受難の時代となるかもしれないが、精神保健・福祉・教育領域を経験した者として応援したい。