第3回プロジェクト研究会②
日本における学校支援の現状と課題

話題提供者　センター教授　亀　口　憲　治

2000.9.30

アメリカの学校の現状にひきつづいて，今度は日本側の試みということで，少しお話をしたいと思います。私の方からは東大附属学校のカウンセリングルーム「ほっとルーム」の実践についてお話します。カウンセリングルームとか相談室というのはどうしても問題のある子どもだけが行くところであるというような暗黙の了解があります。しかしながら，それではわれわれの仕事は広く理解されないだろうし，教師の方にとってみれば，自分たちもあまりかかわらないほうがいいということになりかねないのではないかと思われます。わずか2年ではありますが，個々の生徒あるいは保護者への支援，それから担任の先生との関係のなかで，相談ということにかかわってきました。

最近，「総合的心理教育で拓く新世紀の学校」というタイトルでごく短いレポートを書きました。ただ，総合的心理教育という言葉は私が作ったものでほとんどまだ一般化されてないのですが，実は心理教育的なアプローチは，いろんな分野ですでに用いられはじめています。最初に申し上げたように，心理臨床とかカウンセリングが問題を抱え込んだ人の改善のためにだけかかわるという，そういう発想で一般には受け止められていると思われますが，もっと予防カウンセリング的な，問題発生を未然にあるいは初期に対応していくというような積極的なかかわりをしたい，しかも全生徒を対象に，またそれにかかわる教員全体にもかかわるものとして，カウンセラーと教員が連携を深めることもねらいとしています。つまり，学校改善や教育の改革が，一部の人の手にだけ委ねられるのでなく，全員が関与するという発想なわけです。そのための共通の土壌というものを作る必要があり，そのために「総合的心理教育」という言葉を用いました。最近，「総合学習」，「生きる力の養成」，あるいは「心の教育」や「心の学習」ということが言われております。一方で各教科の改善ということも非常に重要であるということで，現実の学校ではそうした諸々の課題を十分にこなすほどの時間的な余裕はないと思われます。そこで，その総合学習とか心の教育とかいうことを一緒にしたのが「総合的心理教育」というネーミングです。

附属での具体的な活動として昨年度，私はストレス・マネージメントのために，6学年各クラス18学級に順次訪問をして，ホームルームの時間等を使い，予防的な意味合いから，クラスの全員に対してリラクセーションやイメージトレーニングなどを指導してきました。また今年度は，授業時間の選択科目のなかに「臨床心理学入門」という正式の授業科目名を設定しました。これは，通年の1回100分，おそらく60時間近い時間枠をいただいて実施してきました。そこでは，心理・教育を専門とする大学の研究者と，附属学校の先生達がまさに連携をして，一つの授業を作っているわけです。もちろん，まだテキストや授業案というのが何もないわけで，毎回手作りの教案を作っています。そういうふうにゼロからスタートした試みですが，最初は窓際に座って運動場のほうを見ていたような子どもも徐々に話の内容に関心を持って，活発な質問をするようになりました。おもしろいことに，クラスのなかに入っていますと，今まで生徒の方からわれわれに話しかける機会はそれほど多くなかったんですが，休憩時間などには生徒の方から相談の話が出きたりします。こういうことはおそらくカウンセリングルームにわれわれがいればありえないことです。一般の生徒から距離をとって，特定の問題のある子どもとだけ会うという，そういう限定した役回りはなくて，クラス全員の子どもに共通に関わる，しかもそこに教員も一緒にいるという情況が生まれます。そして心理・教育の分野の専門家になろうとする院生，研究生たちもいろんな形で手伝いをしてくれています。こうした「コラボレーション（協働）」と言われる活動が現実の学校で展開できているということは，私にとっては非常にありがたいことだと思っています。

この授業で，具体的にはどんなことをやっているかといえば，最初の3，4回はリラクセーションを含めた他者暗示の実践と信頼ゲームというものを行いました。次に，ゲーム理論の説明をし，その後に少しまとめの振り返りをしました。この時に，フォーカシングのようなこととして，自分の体に対して，今ここに感じていることをしっかり感じるということが重要なんだよというよう

なことを説明しました。その後に家族イメージ法というのを直接生徒に実施してもらって，それに対しての感想をみんなで述べあうというセッションをもちました。夏休み前の最後のセッションでは，集団の心理学を，前期の最後には，感情の心理学について話をしました。

アメリカと違ったいろんな問題を日本の学校も抱えているわけですが，今までわれわれ臨床家も学校のなかに直接入ってかかわることが非常に難しくて，問題を抱え込んだ子どもたちを学校外で立ち直らせるということを主にやってきました。そういう段階からすると，学校は非常に遠くて，先生方と連携・協働というのはしたくてもできなかった情況があったんですが，私自身のことで言いますと，学校のなかに身を置いて実際に連携ができるひとつの拠点ができたと思っています。