

カウンセリング・ルームの利用状況における特徴(2)

—教職員との連携・コンサルテーションについて—

尾崎 啓子・中武 直美

1. はじめに

現在わが国の大学では、大学院教育の充実など種々の教育改革が進み、教育方法の改善が行われている。加えて、学生の人間としての成長や発達を支え、学生生活を豊かにするための援助が必要だと考えられるようになってきている。相談や指導など学生に直接的に働きかける援助から教育環境を整えるといった間接的な援助まで、学生に対する支援方法と内容は幅広い。援助形態も個人の関わりにとどまらず、教職員のチーム、外部機関や家族を含む専門的・全体的取り組みまで、様々である。学生相談機関(本学ではカウンセリング・ルーム)は、こういった多様な取り組みに対応・協力しながら、学生に益する援助を工夫し、積極的に行うことが必要とされる。

学生相談とは、大学キャンパスにおける心理的相談活動の総称であり、活動内容は援助、教育、コミュニティ、研究の4つに大別できる。それぞれの目的として、まず援助活動は、何らかの問題に直面している者、あるいはその関係者に対して、その問題の解決のための適切な援助方法を提供することが挙げられる。教育活動は利用者の知識・技能(スキル)の学習の促進を目指し、相談機関の側で何らかの教育的プログラムやシステムを企画、運営していく活動である。コミュニティ活動では大学全体の環境改善をはかること、研究活動は、より効果的な活動を行うために方法や将来の方向性を探ることを目的とする(下山、1991)。特に、援助活動の方法は、教示助言(ガイダンス)、危機介入、教育啓発、心理治療、療学援助(精神疾患や身体疾患のため医療のケアが必要な者を対象とした、ソーシャルワークを含む生活全般にわたる生活臨床的援助)の5つが挙げられる。対象は、悩みを抱えた本人のみならず、友人、教職員、家族といった関係者も含まれる。

さて、本学のカウンセリング・ルームは、1995年度の開設以来、火曜日と金曜日の週2回、1回につき3時間で開室している。開室時間数の関係で、活動は来談者を待って性格テストやカウンセリングを行う形が大半であり、上記の下山(1991)の分類に従えば本人を対象とした心理治療と教示助言が中心といえよう。加えて、近年は、教職員から危機介入に近い形での関わりを求められるケースが幾人か出てきたことや、キャリア・ガイダンス、オープン・キャンパスでの性格テストコーナーの開設など、教育啓発の機会が与えられたことから、少しずつ教職

員とカウンセラーとの情報交換の機会が増え、一部の教職員とは協力関係ができてきている。

本学は2001年度から大学が短大と併設されたことにより、留学生の増加や編入・留学希望といった多様なニーズを持つ学生が入学してくることによる変化、影響が考えられる。学生のニーズへの柔軟な対応をするためにも、従来に増して、学内の人的資源の強化や連携、学生への支援体制の工夫が重要となるであろう。

本学の学生サポート・システムの特徴は、教職員によるアドバイザー制度である。「学生要覧」(2002)によると、1年次ではフレッシュマン・アドバイザー、2年次以降は各コースの主任及びコース担当教員が学生生活の相談相手・助言者として従事し、履修、成績、勉強の進め方、留学、学費、アルバイト、ひとり暮らし、進路などの相談を受ける。この制度により、アドバイザーは日常的な幅広い分野において、個人のレベルでより密接に学生と関わる事が可能になっている。日常生活を通じたきめ細やかな対応、危機介入などの急を要する対応も行いやすく、アドバイザーがいわば大学内の学生支援のキー・パーソンとして機能する可能性を示すものと思われる。

本稿では、重篤な問題や精神的病を含む何らかの悩みや問題を抱えた学生に対して、具体的かつ効果的なサポートを提供するために、アドバイザーを中心とした教職員とカウンセラーがどのように連携するのがよいのか、連携のあり方について、コンサルテーションという視点を軸とし、事例を挙げて検討する。

2. コンサルテーションについて

コンサルテーションは、コミュニティ心理学の発想から出発した地域社会への介入方法の1つである。クライアント(何らかの援助を必要とする人)は専門家ひとりで抱えこむのではなく、地域社会の人々によって支えられていき、その中に専門家も専門性を持って参加していくという発想である(国分編、1990)。別の専門性を持つ者同士の援助関係の1つであり、相談にのる側をコンサルタントと呼び、相談する側をコンサルティと呼ぶ。大学においては、学生を精神面からサポートする場合、教職員はカウンセラーをコンサルタントとして活用することができる。

このコンサルテーション関係は、コンサルティ側がすでに持っている知識や情報を、当面の課題解決のためにいかに有効に活用するかを目的としており、コンサルティの専門性を重視して自主的な動きにまかせるところに特徴がある。さらに、コンサルテーション関係は課題中心で成り立ち、必要がなくなると、随時その関係は終わる。またコンサルテーション関係には時間制限があり、始めと終わりがはっきりしている。

本学で学生に対する援助・連携を考える場合、教職員がコンサルティ、カウンセラーがコンサルタントとして機能することが多いと考えられる。アドバイザー制度と併せて考えると、アドバイザーはクライアントである学生と日常的に接する機会が多く、それだけ多くの情報を有

しているだろう。信頼関係にのっとった柔軟な形の援助も行いやすく、危機の際にも介入しやすいものと思われる。こういった立場にあるアドバイザーという専門家と、カウンセラーという専門家の中にコンサルテーション関係が成立することにより様々なメリットが考えられる。

まず、アドバイザーは学生に対して、より効果的に対処できるようにカウンセラーから専門的な助言を受けることができる。また、学生に関しては、有効な援助やサービスの組み合わせというケア・ネットワーク作りや家族も含め関わる人たちの間の連携や協力、円滑な情報伝達などが促進される。さらに、外部機関との間に横のつながりが生じて、皆で協力して対処する関係ができやすい（山本、1986）。

なお、本学ではある程度の人数の学生が寮生活を送っていることから、寮の職員がコンサルティとなることも想定される。アドバイザーに限らず、学生に関わる職員はすべて、広い意味でコンサルテーションの対象であるといえよう。

さらに、コンサルテーションを分類すると以下の2種類となる。第一は「危機コンサルテーション」で、現場（大学キャンパスなど）で学生に関する問題が発生し教職員が危機状況に陥っている時に、コンサルタントが連絡を受けて行うものである。第二は「継続的・定期的コンサルテーション」で、問題発生があろうとなかろうと、コンサルタントは現場にいて、精神衛生対策や啓蒙活動も含めてコンサルテーション関係を維持するものである（山本、1986）。

近年増加している本学におけるコンサルテーションは、何らかの危機に伴って行われており、その意味では第一の形が多い。だが、カウンセラーは週2回3時間ずつ定期的に大学に赴いているので、第二のコンサルテーションも可能である。第二の形は気になる学生の発見や日常生活の観察・連絡、情報交換など予防的な意義が大きい。学生自身がカウンセリング・ルームに来室して相談しなくても、カウンセラーはアドバイザーらを通して間接的に多彩に関わることができる。

以下に、本学においてコンサルテーションが有効であったと思われる過去の3事例を挙げ、より具体的に検討する。

3. 事例

以下の事例は、学生のプライバシー保護のため、複数の事例を混合して、わかりやすい典型例として提示している。

（事例1）

【クライアント】 A子。18歳。寮生活。

【主訴】 寮生活で隣の部屋の物音が気になる。友人ができない。

【状況】 大学入学と同時に寮生活を始めた。長崎での生活になじめずホームシックになり、実家に頻りに電話をして寂しさを紛らわせていた。挨拶をする程度の友人はできたが、関係が深まらず悩んでいた。5月の連休が過ぎた頃から隣室の住人のたてる物音に敏感になり、注意し

たことでトラブルとなった。その際味方になってくれる学生がいなかったため、孤立感が強まり、カウンセリング・ルームに来談した。

[対応] 話し相手がほしいということで、週2回の開室日の両方に訪れ、2人のカウンセラーと話していった。性格テストを受けるなどして自己を振り返り、なんとか友人を作ろうと努力していたが思うに任せず「クラスで話を聞いてくれる人がいない。話すと馬鹿にされているような気になる。大学を辞めたい。」と、学生生活への不適應感を訴えていた。

2人のカウンセラーは関わりの当初から連絡をとりあい、A子に対して具体的にどのような支援がよいかを検討していた。その結果、本人の了解を得て寮の職員とアドバイザーに事情を説明し、寮や教室の中でできるだけA子が孤立しないよう配慮していただけないかと伝えた。以後、毎週のように情報交換し、カウンセラーはA子の日常生活を把握することができた。また普段A子に接している教職員に対して、心理学的に見たA子の状態や対応上の注意点などを、その都度伝えた。

カウンセラーとアドバイザーは家族とも連絡をとり、A子が電話をしてきた際には「我慢しろ。」と叱るだけでなく、寂しい気持ちも受け止めてもらうようお願いした。周囲が見守る中、A子はそれなりに安定していたが、過重なストレスもあってか体調を崩して入院生活を送ることとなり、夏休みに帰郷し、休学した。

(事例2)

[クライアント] B男。20歳。

[主訴] 授業中、みんなが自分を責めているような気がする。

[状況] アドバイザーが「気になる学生がいる。」と来室し、状況として以下のことを話された。授業中にB男の落ち着きが無いので呼んで話を聞いたところ、「先生にあてられてもすぐに答えられないと、みんなに早くしろと責められているような気がする。焦るとよけいに頭が働かなくなる。」と話した。「ゆっくり考えればいいから。」と励ますと安心したようだったが、以後も様子は変わらなかった。B男は時々研究室に来て悩みを話すようになったものの、「みんなが、こんなにだめなやつは死んだ方がいいと言っている。」「先生は誰かに命令されて僕を見張っている。」など話の内容が了解しがたいものになり、「そんなことはない。」と否定しても説明を受け入れなくなった。B男にカウンセラーに相談することを勧めたが拒否したこともあり、アドバイザー自身が相談に訪れた。

[対応] アドバイザーからB男の日常の様子についてお話を詳しく伺い、カウンセラーはB男が統合失調症(精神分裂病)と呼ばれる状態に陥っている可能性を疑った。専門科医師の診察を受けることを勧めるため、アドバイザーから再度カウンセリング・ルームへの来談を勧めてもらったが、B男は来なかった。そこで、アドバイザーに医療機関へつないでもらう役割をお願いすることとし、次回B男が研究室を訪れたら「そんなふうにみんなからだめなやつと責められていたり、見張られていると感じていたら苦しいだろう。ストレスがたまって体調も悪く

なるのではないかと心配だ。でも自分は専門家ではないので、これ以上どんなふうにアドバイスしたらいいのかわからない。1度専門の病院に相談してみてもどうか。考え方が変わったり、少しは気持ちが楽になるかもしれない。カウンセラーが病院を紹介すると言っているが、話だけでも聞いてみるはどうか。」と伝えてもらうよう依頼した。B男は「自分は病気ではない。悩みが深いだけ。」と来談を頑なに拒否していたが、アドバイザーの根気よい説得を受け入れ、ある日来談した。アドバイザーを交えて数回話し合い、B男は精神科を受診し、治療を開始した。

以後も授業中に不安定になることはあったが、その都度アドバイザーに支えられて卒業に至った。カウンセラーはアドバイザーに対して、日常生活での接し方のアドバイスをした。

(事例3)

[クライアント] C子。19歳。

[主訴] 親の価値観に縛られて友人と話が合わない。進路が決まらない。

[状況] 入学後の5月に来談し、「古い価値観の親に育てられ、まじめにやるのがあたりまえと思ってきた。そのせいか友達と話が合わない。門限が早いので友達と遊べないのも気になる。」と話す。簡単なアドバイスをしたところ、夏休み前に訪れ「友達問題はうまくいきました。ありがとうございます。」と報告した。

2年生になり「就職か進学か迷っている。本当は進学したい。アドバイザーから強気で努力するようにと励まされたけど、自信が無い。」と再び来談した。

[対応] C子は再来談からの以後1年間、ほぼ毎週1回のペースでカウンセリングを受ける中で、自身の希望と限界を見直す作業を進め、卒業し、専門学校に進学した。

C子の悩みが最も深く、精神的に追い詰められていた時、アドバイザーにカウンセリングを受けていることを話したことをきっかけに、アドバイザーが来室された。「授業中に奇声をあげたり、教室を飛び出していったりすることがある。大丈夫よ、と声をかけているが、どんな接し方がよいか。」と問われたので、カウンセラーは「本人は評価を気にしすぎる面がある。先生に甘えたいという気持ちもあると思う。そこを理解しつつ、今まで通り温かく見守ってくださればありがたい。」と伝えた。その後時々、廊下での立ち話などでC子の近況について情報交換をした。「教室ではだいぶ落ち着いてきました。」と伺い、カウンセラーも安心してC子を支えることができた。

4. まとめ

事例1は、アドバイザーとカウンセラーが共にA子と家族に関わったケースで、事例2はアドバイザーが主になってB男と接し、カウンセラーはコンサルタントにほぼ徹したケース、事例3はC子のカウンセリングはカウンセラーが行い、日々の学校生活をアドバイザーが支えた

ケースである。どのケースでも、カウンセラーとアドバイザーは、学生が大学生活によりよく適応できるようにするために日常生活をどうサポートするかという観点から情報交換をした。時に学生が理解しがたい行動をとることもあり、その時々に対応について、カウンセラーは専門的な見地から、精神的な病の発症の可能性も含めて状況を考え、コンサルタントとしての助言を行った。カウンセラーは、教職員との会話から、学生の、カウンセリング・ルームの中での面接時の様子だけでなく、教室や寮での様子を知ることにより、多くの判断材料を得られ、学生をサポートする際の参考にすることができた。

コンサルテーションでは、コンサルタントは、クライアントにとって必要な援助体制作りをすること、人間関係の調整、コミュニケーションの促進という機能を果たす(山本、1986)。大学においては、学生にとってどのような支援やサービスが組み込まればよいのか、学内の様々な資源の何をどのように組み合わせればよいのか、援助の献立作りをし、関わる人々の人間関係について何か障害がある場合は、原因を明確にして何とか乗り越えられそうな方策を模索する。またケースによっては病院など外部の機関と関係を持つ場合も考えられるが、その際に機関同士の交流を促進し、問題を抱えた学生に対して協力して対処できる関係を作る役割を担う。

カウンセラーが良きコンサルタントとして機能するには、鶴養(1995)が指摘するように、その大学が持つ特性や教育システムの影響、人的資源のバリエーション、ネットワークの種類と内容など、種々の要素を鑑みる必要がある。本学について検討すると、少人数教育の充実による教職員と学生との接点の多さ、アドバイザー制度、寮職員の存在がメリットであり、保健室に保健師の勤務や学校医の定期的来訪がないことが考慮すべき点であろう。こういった大学の特性を活かした学生への支援体制作りが重要である。カウンセラーも人的資源の1つとして、支援体制に十分に関わっていければと考えている。

本学のカウンセリング・ルームの利用状況を見ると、心理テストの希望以外で来談する学生数は少ないが、カウンセリングを希望する来談者の多くは大学生活への適応困難や精神的病を抱えた者など、重篤な問題を持つことが特徴である(尾崎・原口、2001)。こういった学生との関わり方を考える時、非常勤職のカウンセラーの対応のみにとどまらず、日常的な関わりや観察を通じてのきめ細やかな対応、危機介入などの急を要する援助、場合によっては病院など他機関との連携など、多種類のメニューが用意されていることが望ましい。

筆者はこれまでの経験から、カウンセラーが週数時間しか勤務しない非常勤の場合は、学内外の人的資源との連携の可能性とその及ぶ範囲に心をとめつつ個人面接に援助の重点を置き、環境調整の部分は常勤かそれに近い形の学生相談関係スタッフが行うことが良いと考えている。カウンセラーは、マネジメントの要となるスタッフのコンサルテーションを行う形できらに関わりの幅を広げることができる(尾崎、2002)。

近年、様々な年齢層の学生が大学に在籍するようになっており、入学形態も社会人入学、編入学など多様となり、留学生を含む非伝統型学生が増加しつつある。本学においては留学生の

増加に伴い、今後留学生を対象とした援助の重要性が増すことが予測される。留学生の心理的特徴としては、まず異文化への適応や言葉の問題が大きく、不安と期待が入り交じり、精神状態が不安定となりやすい（鶴田、2001）。複数の国からの留学生がいれば、それぞれの社会的文化的背景も異なり、日本人が相手に期待するものと相手が日本人に期待するものもそれぞれ異なってくるので、文字通り個々のケースに応じた対応が必要である。また留学生と接する学生、ホスト・ファミリーの人々へのケアが必要となる場合もないとはいえない。

カウンセリング・ルームは、問題を抱え困っている学生が利用するのみならず、その学生の周りにいて何らかの関わりを持つ者も利用の対象である。問題を抱える学生に接する人々も支えられなければならない。さらに、教職員、カウンセラー、家族、関係機関など、学生を取り巻く環境がネットワークを作って支えることが大切である。

従来型の学生のみにとどまらず、留学生、社会人入学生、科目別履修生など多様な学生や重篤な問題を抱えた学生に対応する際に、これまでにない方法が必要となる可能性もある。教職員とカウンセラーが、それぞれの立場の違いを生かして知恵を出し合い、共に学生を支えていくことができれば、サポートの幅も広がるだろう。まずは気軽にカウンセリング・ルームを訪れていただき、雑談などから関係作りを始めて、カウンセラーを様々な活用していただければと考えている。

参考文献

- 鶴養啓子 「大学における精神保健活動」 学苑 No.666 24-32 1995
氏原寛 他編 「心理臨床大事典」 培風館 1992
尾崎啓子・原口芳博 「長崎外国語短期大学カウンセリング・ルームの利用状況における特徴と分析——1995年度～2000年度までの結果から——」 長崎外大論叢（第2号）2001
尾崎啓子 「休学・復学期における連携——2度の休学を経て卒業に至った学生の事例を通して——」 学生相談研究 第23号 No.1 43-51 2002
国分康孝編 「カウンセリング辞典」 誠信書房 1990
下山晴彦 「これからの学生相談」 現代のエスプリ No.293 46-60 1991
鶴田和美編 「学生のための心理相談」 培風館 2001
長崎外国語大学学生部 「学生要覧」 長崎外国語大学 2002
山本和郎 「コミュニティ心理学」 東京大学出版会 1986