

# 親子関係をめぐる問題への教師の関わりかたについて ～システム論的アプローチを生かした不登校児の親へのカウンセリング～

## 目 次

|     |                                            |    |
|-----|--------------------------------------------|----|
| I   | テーマ設定の理由                                   | 61 |
| II  | 研究 1 —宜野湾市内の不登校生徒の実態調査—                    | 62 |
| 1   | 調査の目的                                      | 62 |
| 2   | 対象者                                        | 62 |
| 3   | 調査事項 —アンケート方式—                             | 62 |
|     | (1)不登校生徒に関する質問 (2)教師の不登校に対する対応について         | 62 |
|     | (3)調査時期                                    | 62 |
| 4   | 調査結果                                       | 62 |
|     | (1)不登校者数・学年別・男女別の内訳 (2)不登校の様態について          | 62 |
|     | (3)不登校のきっかけについて (4)不登校の初発について              | 63 |
|     | (5)兄弟・姉妹関係・家族形態について (6)教師がとった主な対応について      | 63 |
|     | (7)不登校生徒の過去の指導歴 (8)不登校生徒の現在の状況             | 63 |
|     | ＜教師への質問＞(1)効果的と思われた不登校の援助 (2)指導に限界を感じている部分 | 64 |
| III | 研究 2 —カウンセリング的アプローチについて—                   | 65 |
| 1   | アドラー心理学                                    | 65 |
| 2   | 育児理論 —Passage について—                        | 66 |
| 3   | カウンセリング全体の流れについて                           | 67 |
|     | (1)Ⅰ期…導入期 (2)Ⅱ期…分析期                        | 68 |
|     | (3)Ⅲ期…再教育期 (4)Ⅳ期…終結期                       | 69 |
| 4   | カウンセリング・プロセス                               | 69 |
|     | (1)勇気づける                                   | 69 |
|     | (2)問題を分析する                                 | 69 |
|     | (3)解決目標を設定する                               | 70 |
|     | (4)行動の目的を分析する                              | 70 |
|     | (5)代替行動を考える                                | 70 |
|     | (6)成果を評価する                                 | 70 |
| 5   | カウンセラーが助言をする際に気をつけること                      | 71 |
|     | (1)行為について助言すること                            | 71 |
|     | (2)肯定命令文で助言すること (3)課題の分離                   | 72 |
|     | (4)私メッセージ (5)代替案                           | 72 |
|     | (6)逆説的支持                                   | 72 |
| IV  | 事例研究 長期不登校を続けるA君の母親へのカウンセリング・アプローチ         | 72 |
|     | (1)事例内容 (2)カウンセリングの形 (3)カウンセリングの目標 (4)指導仮説 | 72 |
|     | (5)指導の経過                                   | 73 |
|     | (6)指導の結果と考察                                | 79 |
| V   | 研究の成果と課題                                   | 80 |

## 親子関係をめぐる問題への教師の関わりかたについて

～ システム論的アプローチを生かした不登校児の親へのカウンセリング～

宜野湾市立真志喜中学校 教諭 久 高 直 人

### I テーマ設定の理由

学校教育の目的は、児童生徒に、将来、社会人として自立できるような知識を獲得させたり、社会と調和して生きる経験を身につけさせるところにある。しかし、「学校へ行かない」または「学校へ行けない」児童生徒の増加は、学校教育の根本を左右するような大きな今日的課題となっている。

文部省によると、不登校とは「何らかの心理的、情緒的、身体的、あるいは社会的要因・背景により、児童生徒が登校しない、あるいはしたくともできない状態にあること」をいう。不登校のきっかけは、いろいろな要因が複雑に絡み合うことが多い。学校生活の中では「学業不信」、「友人関係をめぐる問題」、「教師との関係をめぐる問題」などがある。また、家庭生活の中では「家庭生活の環境の急激な変化」や「親子関係をめぐる問題」、「家庭内の不和」などがあげられる。不登校生徒の数については、1997年度中に「学校ぎり」で30日以上欠席した、沖縄県内の小、中学生は、1328人（小学生207人、中学生1,121人）にのぼり、その数は1995年度以来増加傾向にある。また、全国の国・公・私立中学校における不登校児童生徒の数も1997年度中、10万5千人となり、同じく増加の一途をたどっている。

不登校生徒への援助については、現在、制度的にはスクールカウンセラーの導入、教育相談室、適応指導教室の設置がなされている。また、一番生徒に接する機会のある学級担任は電話をかける、迎えに行く、家庭訪問をして保護者の協力を求めたりするなどの働きかけを行っている。学校全体では、研修会や事例研究会を通じて全教師の共通理解を図り、保健室などの特別の場所に登校させたり、教育相談の教師の専門的な関わりなど、教師同士の連携をとるようにしている。

これらの援助にもかかわらず、不登校問題は依然として学校の大きな課題である。私のこれまでの学級担任としての不登校指導を振り返ってみても、生徒へ「いつ登校できる?」、「登校時期を約束してみようね」、「心配しているよ」等の言葉かけだけに終始していた感がある。また、保護者への働きかけも「とにかく登校させてくださいね」といった一方的なお願いにとどまっていたのが実状である。しかし、それでは不登校問題の解決には、至らなかったのである。

その点について考えてみると、私は、不登校問題を、「子供と親」、「子供と学校」、という関係ではとらえていなかったように思えた。つまり、不登校問題をシステム論的な視点からみることに欠けていたのではないだろうか、と考えたのである。そこで今回、市内の不登校生徒の実態を明らかにするとともに、システム論的なアプローチについて、理論研究や実践指導をすることによって不登校問題の解決の一方策が、みつかるのではないかと考え、本テーマを設定した。

## II 研究1 ー 宜野湾市内の不登校生徒の実態調査 ー

### 1 調査の目的

市内の不登校生徒の様子を、より詳細に把握することにより不登校問題への適切な対応に役立てる。

### 2 対象者

宜野湾市内の4中学校の学級担任（必要に応じて担外も含めた）

### 3 調査事項 ー アンケート方式 ー

#### (1) 不登校生徒に関する質問

不登校生徒の様態（タイプ）や欠席日数、その背景や、要因、家族構成。

#### (2) 教師の不登校生徒に対する対応について

不登校生徒への現在の取り組み状況や過去の援助指導、指導の際、限界を感じた部分等を挙げてもらった。

### 4 調査時期

期間は、1999年（平成11年）の1月11日～1月25日まで

### 5 調査結果

#### <不登校生徒に関する質問>

（単位：人数）

#### (1) 不登校者数・学年別・男女別の内訳

今回の調査では、市内の不登校生徒の数が58人であった。学年別では、1年が15人、2年が23人、3年が20人、男女別では男子が36人、女子が22人と、男子が多かった。全国的にみても不登校生徒は男子が多い。

| 学 年 | 男子 | 女子 | 合 計 |
|-----|----|----|-----|
| 1 年 | 9  | 6  | 15  |
| 2 年 | 14 | 9  | 23  |
| 3 年 | 13 | 7  | 20  |
| 合 計 | 36 | 22 | 58  |

#### (2) 不登校の様態について

（単位：人数）

|     | 学 校 生 活<br>に 起 因 す<br>る も の | 遊 び ・<br>非 行 型 | 無 気 力 | 不 安 な ど<br>情 緒 混 乱 型 | 混 合 型 | 意 図 的 な<br>拒 否 の 型 | そ の 他 |
|-----|-----------------------------|----------------|-------|----------------------|-------|--------------------|-------|
| 1 年 | 1                           | 3              | 3     | 3                    | 4     | 1                  | 0     |
| 2 年 | 0                           | 9              | 4     | 3                    | 3     | 2                  | 2     |
| 3 年 | 6                           | 6              | 0     | 3                    | 2     | 1                  | 2     |
| 合 計 | 7                           | 18             | 7     | 9                    | 9     | 4                  | 4     |

不登校の様態については、「遊び・非行型」が全体の33%を占めている。続いて「不安など情緒混乱型」、「混合型」が16%、そして、「学校生活に起因するもの」12%、の順になっている。全国的には「無気力型」が最も多く24%であり、その次に、「不安など情緒混乱型」が23%、「混合型」が19%、「遊び・非行型」が13%である。

#### (3) 不登校のきっかけについて（複数回答）

（単位：人数）

| 友人関係をめぐる問題 | 教師との関係をめぐる問題 | 学業の不振 | クラブ・部活動の不応 | 転入学・進級時の不応 | 学校の決まりをめぐる問題 | 家庭生活の急激な変化 | 親子関係をめぐる問題 | 家庭内の不和 | 病気による欠席 | 本人に関わる問題 |
|------------|--------------|-------|------------|------------|--------------|------------|------------|--------|---------|----------|
| 14         | 8            | 21    | 0          | 1          | 22           | 9          | 11         | 11     | 1       | 20       |

不登校のきっかけについては、「学校の決まりをめぐる問題」が、全体の19%を占めている。続いて、「学業の不振」が17%、「本人に関わる問題」16%と続いている。全国的には、「本人に関わる問題」が26%と最も多く、続いて「友人関係をめぐる問題」19%、「学業の不振」12%の順である。ちなみに、「本人に関わる問題」とは、極度の不安や緊張、無気力などで他に直接のきっかけとなるような事柄が見当たらないものである。

(4) 不登校の初発について

(単位：人数、%)

不登校の初発は、「中学生になってから」が全体の76%を占めている。

| 小学校<br>低学年<br>から | 小学校<br>中学年<br>から | 小学校<br>高学年<br>から | 中学生<br>になって<br>から |
|------------------|------------------|------------------|-------------------|
| 0                | 3                | 9                | 39                |
| 0%               | 6%               | 18%              | 76%               |

(5) 兄弟・姉妹関係・家族形態について

(単位：人数、%)

兄弟・姉妹関係については「中間子」が29%、「末っ子」、「長子」がそれぞれ、25%である。家族形態については、「両親が養育」が62%、「単親で養育」が33%である。

| 一人っ子 | 末っ子 | 中間子 | 長子  |
|------|-----|-----|-----|
| 11   | 13  | 15  | 13  |
| 21%  | 25% | 29% | 25% |

(単位：人数、%)

| 両親が養育 | 単親で養育 | 祖父母が養育 |
|-------|-------|--------|
| 32    | 17    | 3      |
| 62%   | 33%   | 5%     |

(6) 教師がとった主な対応

教師がとった主な対応は、「関係機関との連携」が最も多く、続いて「保護者面接」、「家庭訪問」であった。

(単位：人数)

| 家庭訪問 | 関係機関<br>との連携<br>(若葉学<br>級など) | 電話・<br>迎え | 保護者<br>面談 | 友人に<br>接触を<br>促す | 特別室へ<br>の登校 | 行事を<br>利用し<br>た指導 | 手紙や<br>印刷物<br>を届ける | 生徒指導<br>と連携 |
|------|------------------------------|-----------|-----------|------------------|-------------|-------------------|--------------------|-------------|
| 5    | 10                           | 2         | 8         | 1                | 4           | 4                 | 1                  | 2           |

(7) 不登校生徒の過去の指導歴

不登校生徒の過去の指導歴について、「市の教育相談室へ行っていた」、「若葉教室に通っていた」がそれぞれ4人であった。

(単位：人数)

| 学校カウンセラーとの面接があった | 民生委員<br>が関わりを<br>もった | 市の教育<br>相談室へ<br>行っていた | 校内の適応<br>指導教室で<br>過ごした | 担任と<br>生徒指導で<br>連携した | 若葉教室へ<br>通っていた | 病院やカウ<br>ンセリング<br>に通った |
|------------------|----------------------|-----------------------|------------------------|----------------------|----------------|------------------------|
| 2                | 1                    | 4                     | 1                      | 3                    | 4              | 3                      |

(8) 不登校生徒の現在の状況

不登校生徒の現在の状況は、「家で過ごしたり外出したりする」が19人と最も多く、続いて、「時々登校して学級に入る」が10人、「引きこもり」が9人、の順である。

(単位：人数)

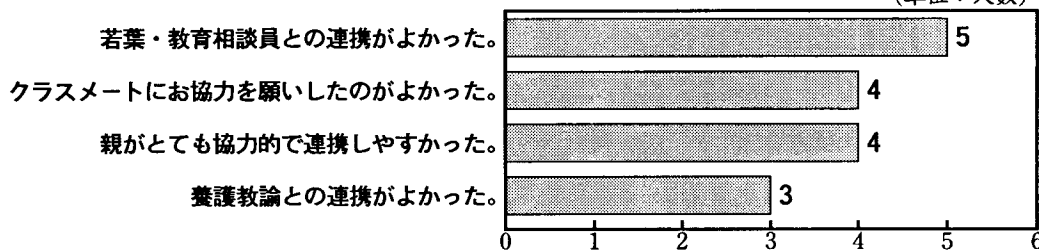
| 若葉教室に通っている | 引きこもり | 家で過ごしたり外出したりする | 時々登校して学級に入る | 保健室登校、又は、校内適応指導教室に入っている | 市の教育相談所に通っている |
|------------|-------|----------------|-------------|-------------------------|---------------|
| 6          | 9     | 19             | 10          | 4                       | 2             |

<不登校生徒に対する教師の対応についての質問>

(1) 効果的と思われた不登校援助について

効果的と思われた不登校援助について、「若葉・教育相談員との連携がよかった」が5人、「クラスメートに協力をお願いしたのがよかった」、「親が協力的で連携しやすかった」がそれぞれ4人だった。その他の声として、「家庭訪問を繰り返して、生徒の心を開いていった」(2名)、「PTA役員の会社で期限つきで働くようになって変わっていった」(1名)、「たびたび手紙を届けた」(1名)、「学校行事や誕生日で生徒に声をかけていった」(1名)、「学校に設置された適応指導教室との連携がよかった」(1名)、などが挙げられていた。

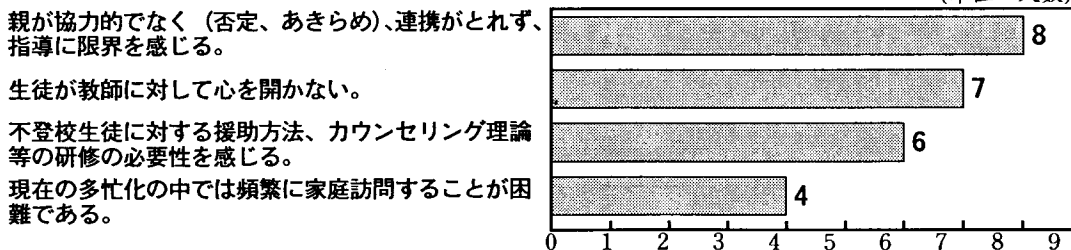
(単位：人数)



(2) 不登校指導をする際に限界を感じている部分(複数回答)

不登校指導をする際に限界を感じている部分について、「親が協力的でなく、連携がとれず、指導に限界を感じる」が8人と、最も多く、次に「生徒が教師に対して心を開かない」が7人、「不登校生徒に対する研修方法、カウンセリング理論などの研修の必要性を感じる」が6人であった。その他の声として、「担任として無力感を感じる」(2名)、「長期欠席の場合、援助がしづらい」(2名)、「身なり服装を強制して直しても、すぐに元に戻る」(1名)、「学校にきても服装指導で帰されるのでゆっくり話をする時間が取れない」(2名)、などが挙げられていた。

(単位：人数)



### III 研究2 ― カウンセリング的アプローチについて ―

#### 1 アドラー心理学

アドラー心理学 (Adlerian psychology) は、アルフレッド・アドラーが創始し、その後継者達が発展させた心理学の理論と治療技法の体系である。個人心理学 (individual psychology) というのが正式名称であるが、誤解をまねきやすいのであまり使われない。アドラー自身は人間知と呼ぶ事を好み、アメリカの後継者達は目的分析学 (Teleoanalysis) ということもある。その理論的な特徴を挙げる。

◆行動の原因ではなく目的を分析すること (目的論)

◆人間を分割できない全体として把握し、理性と感情、意識と無意識などの対立を認めないこと (全体論)

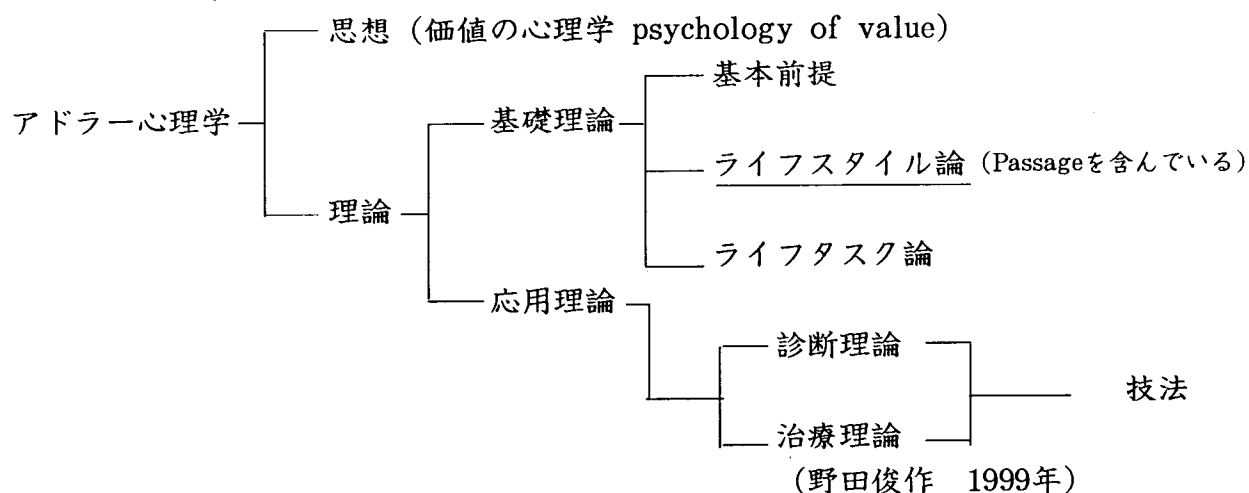
◆客観事実よりも客観事実に対する主観的意味づけのシステムを重視すること (現象学)

◆精神内界よりも対人関係を分析すること (対人関係論)

◆主体的決断能力を重視すること (実存主義)

古典的な精神分析学のアンチテーゼといってもよく、現象学的精神医学・自我心理学・人間学的心理学などの現代の心理学諸潮流の理論的先駆けであるといわれている。

また、治療技法としては①グループ療法を中心技法として個人療法や家族療法などの多彩な設定を使い、②実生活上の問題解決だけではなく人格の成長を重視し、③治療者・患者間の対等性を前提にして、④積極的に助言を行う、などの特徴がある。認知療法・システム論・逆説療法などの基本的アイデアを数多く含んでいる。その応用分野は心理臨床にとどまらず、ケースワーク、学校教育、親の心理教育、企業の組織論などに広がっている。アドラー心理学を図式化すると次のようになる。



アドラー心理学の思想は、「共同体感覚の育成」である。共同体とは、家族、学校、職場、というような自分の所属する集団のことである。「私はその集団の一員であり、集団から養われていて、しかもそこで貢献して生きているのだ」、という感覚を育てていくこと。それがこの心理学の目標である。

「すべての人生問題は、対人関係の問題である」とアドラー心理学では考えているので (対人関係論)、その人生の諸問題を解決するためには、その人が自分の利益の追求をやめ、外界 (他人) の側の利益を優先させて自ら行動するときこそ問題は解決に向かう、と考えている。

理論の中の、ライフスタイル論とは、「その人特有の考え方のクセ」または、「外界の現象に対するその人の受けとりかた」と定義している。認知バイアスといってもよいだろう。われわれは客観的な外界をありのままに見ているのではなく、自分のライフスタイル、認知バイアスに一致するようにひずめて見ているのである。例えば、Aさんという男性が歩いていると、向こうから来たB子さんという女性が目を伏せたとする。もしAさんが「すべての女性は私のことを嫌いになる」という信念（認知バイアス）を持っているとすれば、「B子さんが目を伏せたのは、私が嫌いだからだ」と思いこむだろう。逆にもしAさんが「すべての女性が私を好きになる」という信念を持っていたとすれば、「B子さんが目を伏せたのは、私が好きで、恥ずかしいからだ」と思いこむだろう。どちらかが真実であるかは知らないが、いずれにせよ、同じ出来事にであっても、ライフスタイルによって、その出来事の解釈は違ってくる。

全ての人は自分自身について、および人生の諸問題についての意見、あるいは、自分では理解もしていないし説明もうまくできていないが、自分がいつもしっかりと守っている運動の法則がある。また、ライフスタイルが人間を動かしているのではなく、人間がライフスタイルを使って生きてゆく、とアドラー心理学では考える。ライフスタイルの誤りを診断し、それを修正することが、アドレリアン・カウンセリングの目標とされる。

## 2 育児理論 — Passage について —

Passage（パッセージ）とは、アドラー心理学（目的分析学）が提唱する育児学習コース（Parent Study System on Adlerian Experiences）であり、新しい親子関係のあり方を構築するための、実践プログラムである。Passageの開発者である野田俊作は、「親子関係の問題は対人関係の問題である」として、効率的に親が対人関係を学べるように、プログラムを作った。以下、その概要を述べる。

子育て中の親はだれしも、子供に対して、願いを持っている。「将来、人に迷惑をかけない人間になってほしい」、「経済的に人の世話にならない」、「自分の足で歩ける人になってもらいたい」、「人から好かれる」、「人の役にたつ人」と、多種多様である。Passageが提案する子育ての目標は、「自立する」、「社会と調和して暮らせる」の2つである。これは「育児の行動面の目標」と呼ばれる。アドラー心理学では、「行動は信念から出てくる」と考えている。信念とは、個人が持っている認知構造（ライフスタイル、認知バイアス）である。これを普通は、次の三つの要素に分けて考えている。

- (1) 自己概念 「私は～である」という信念
- (2) 世界像 「この世は～である」 「人々は～である」という信念
- (3) 自己理想 「私は～であるべきだ」という信念

子供が、自立した行動や社会と調和した行動ができるかどうかは、適切な自己概念と適切な世界像をもっているかどうかにかかわっている。自己理想がなんであっても、自己概念と世界像が適切であれば、人は適切にふるまえる。「私は能力がある」と感じ、「この世はいいところだ」と感じながら、生きるのであれば、どのような自己理想を追求するのであっても、自立して社会と調和した人生を選択する可能性が高まるのである。そこで、育児や教育では、適切な自己概念と適切な世界像の育成を目標にしなければならないことになる。

適切な自己概念と適切な世界像とは、

- (1) 適切な自己概念 「私は能力がある」
- (2) 適切な世界像 「人々は私の仲間だ」

である。前述したように、アドラー心理学では、行動は信念から出てくると考えているので、「自立する」とか「社会と調和して暮らす」というようなく適切な行動＞ができるためには、それを支える＜適切な信念＞が育っていなければならない、として、上のような「私は能力がある」、「人々は私の仲間だ」という2つを「子育ての心理面の目標」としているのである。このような信念は、個々の体験の中で、子供が「私は能力がある」「人々は私の仲間だ」と感じることをくり返すうちに育ってくる。

したがって、親や教師は、子供と接する際に、いつでも「私がこうすると、この子は『私は能力がある』とを感じるかな、『人々は私の仲間だ』とを感じるかな」と反省してみる。

そうすることによって、おのずと、子供に対してなにをすればよいのか、なにをしてはいけないかがわかってくる。家庭生活の中では、たえず、親は、「その対応をしていると子供は『私は能力がある』とを感じるかな、『家族は私の仲間だ』とを感じるかな」と常に自己点検していくことをPassageプログラムでは提唱している。

### 3 カウンセリング全体の流れについて

なんらかの問題を抱えている家庭を援助することは、教師にとって、非常に躊躇したり、先に苦手意識を感じてしまう部分である。親からしてみれば、教師も他人であり、「家庭内の問題に口を出すな!」、「私達の何がわかるというの!」、「余計なおせっかいです!」と、言われてしまうと、もうお手上げ状態になるからである。親も子育てを手探り状態の中で進めている途中でもあるし、その悩むところに、「こう、子供を教育してくれませんか。」などの、教師の一言一言は、時には大きな示唆を与える場合もあり、また、相当の勇気をくじいてしまうこともあるだろう。Passageプログラムを踏まえたカウンセリングでは、始めから終わりまでたえず一貫してカウンセラーが取りつづける立場は、「勇気づけ」である。相談者が抱えている問題に対して、決して、カウンセラー側が勝手に解釈したり、解決方法を押し付けたりはしない。「それはあなたが原因なんです」や「そのやり方はだめです」などの勇気をくじくこともしない。あくまでも相談者側が、主体者であり、カウンセラーは対等の立場で、意見の交換をし、一緒になって解決案を考えていく。新たな解決方法が見つかったら、相談者が取り組みやすいように勇気づけしていく。そして、そのトライした結果から、また、相談しあって新しい解決方法を考え、トライしてみる、というプロセスを繰り返していくのである。

一般的に、カウンセリングは1回で終わるものではなく、何回か続けていくものである。カウンセリングの全体の流れは次のようなものである。

<表1> Co:Counselor (カウンセラー) Cl:Client (クライアント)

|          |                  | Co の 目 標                               | Co の 基 本 的 姿 勢                                                                                                                                                 |
|----------|------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I<br>期   | 導<br>入<br>期      | ★カウンセリング的人間関係<br>の樹立<br>★情報収集<br>★相談契約 | 1) 相互尊敬、相互信頼、横の人間関係を築く。<br>2) 来談の目的、問題発生経過、きっかけ、これまでの対応、周囲の本能など、情報を集める。<br>3) カウンセリングの形式 (いつ、どこで、どれくらいの時間をとるか)<br>4) どの問題について話し合うか、目標設定をする。                    |
| II<br>期  | 分<br>析<br>期      | ★問題分析<br>★状況把握                         | 1) その問題に対して今までどう対応してきたのか<br>2) 合理的な解決目標を設定する                                                                                                                   |
| III<br>期 | 再<br>教<br>育<br>期 | ★新しいパターンを実行して<br>みる<br>★勇気づけ           | 1) その問題に対して、代替案を考え、実行してもらい、結果を評価する。<br>2) カウンセラーは、活発に助言し、クライアントが新しいやり方をするように勇気づける。<br>3) 問題が解決しなければ、別の代替案を考えて実験してみる。                                           |
| IV<br>期  | 終<br>結<br>期      | ★問題の解決があれば打ち<br>切る<br>★凍結法<br>★設定変更法   | 1) 問題が解決してしまえば、その時点でカウンセリングの終了である。<br>2) 解決しなくても、あらかじめ取り決めた面数が終われば、いったん終了するのが原則。<br>3) 問題が何一つ解決しない場合は、その後何10回カウンセリングを重ねても解決する可能性は少ないので、他のカウンセラー、又は他の教育相談を紹介する。 |

(1) I 期…導入期

カウンセリングの開始である。この時期のCoがめざす目標は3つある。カウンセリング的人間関係の樹立、情報収集、相談契約の締結である。ここで、カウンセラーはクライアントを、かけがえのない個人として尊敬し、クライアントが何をしたいようとも信頼しつづける。「クライアントが間違っただけの行動をするのは、正しいやり方を知らないからであって、悪意からではない。正しいやり方を知れば、きっと正しく行動してくれるのだ。」と考える。また、カウンセラーが上、クライアントが下という「たての人間関係」ではなく、カウンセラーとクライアントが協力して問題を解決する「よこの関係」を結ぶ。どの問題をどの程度にまで解決しようとしているのかということ、カウンセラーとクライアントの間で合意しておかなければならない。

(2) II 期…分析期

問題はいつ頃発生し、同様な経過をたどったか、日常生活は、どう変化したかを訊ねる。また、問題を解決するために、今までどんな努力をしてきたのか、誰に相談したのか、その結果はどうなったのか、周囲の人々の対応はどのようなものか、を知っておく必要がある。

この現在の状況で、クライアント自身の行動パターンを変えることによってしか問題は解決できないことを納得してもらわなければならない。

(3) III 期…再教育期

再教育期では、分析期に得られた洞察にもとづいて、新しい行動パターンを実験してみる時期である。3回～6回の面接をあてる。この時期には、カウンセラーは活発

に助言し、クライアントが新しいやりかたをしてみるように勇気づける。

#### (4) IV期…終結期

ここまでくる前にクライアントの問題が解決してしまえば、その時点でカウンセラーを打ち切る。たとえ問題が解決していなくても、10～15回のカウンセリングが終われば、一旦は打ち切るのが原則である。問題が何一つ解決していない場合は、その後、何回カウンセリングを重ねても解決する可能性は少ないので、普通は他のカウンセラーや、他の機関へ変わってもらう。

学校現場であれば、養護教諭や、教育相談担当を介し、しかるべき援助が受けられるところへ委ねたほうがよい。

## 4 カウンセリング・プロセス

カウンセリングの流れは、上の通りであるが、1回ごとのプロセスは次のようなものである。

### (1) 勇気づける

およそすべてのクライアントは、勇気をくじかれ、挫折した状態でカウンセラーの前にあらわれる。よって、カウンセラーの最初の仕事は、勇気づけ（エンカレッジメント）である。アドラー心理学のカウンセリングの全過程を通じて、カウンセラーの最も大切な仕事である。

### (2) 問題を分析する

クライアント自身が問題だと感じていることと、カウンセリングで解決すべき問題とは同じとは限らない。カウンセリングに入る前に、何が解決されるべき問題かを話し合う必要がある。

①現在、その人が困っている問題に注目し、その解決を目指す。「あなたの性格上の欠陥が問題だ」というようなライフスタイルへの注目はしない。

②誰の課題であるのか。

カウンセリングによって援助できるのは目の前にいるクライアント自身が抱えている問題の解決についてだけである。ところがしばしば、クライアントは自分以外の人の問題を解決してくれることをカウンセラーに期待する。そのような場合には、クライアント固有の問題だけを分離して取り出さなくてはならない。たとえば、不登校の母親がやってきて、子どもを登校させたいと言ったとする。ところがよく考えると、学校へ行くか行かないかとか、学校へ行かないことで将来困るとかは、すべて子どもの人生の問題であって、母親の問題ではない。よってCoは、その点について『課題の分離』を促す。では、母親固有の問題とは何かというと、そのような子どもをもって不安に感じているということである。そこで、カウンセラーは次のように提案することができる。「あなたを通じて子どもの問題を解決することは私にはおそらくできません。私にできるのは、不登校の母親として、いかにあなたが子供と良い関係をもてるか、という問題です。彼が学校へ行こうと行くまいと、それとは関係なくあなたが幸せになるお手伝いはできると思います。そして、あなたが幸せになれば彼もきっと幸せになると思います。だって、幸せな人と一緒に暮らしながら、なお不幸でいるということはとても難しいことだから。」

③誰が変わるべきか。

クライアントはしばしば、自分の不幸の原因は周囲の人々の行動であり、周囲の人々を変えることによってのみ自分は幸福になれると主張する。そして、どうすれば周囲の人々を変えるかについて、カウンセラーの知恵を借りようとする。ところが変えることができるのは、クライアント本人の考えかたや行動だけである。周囲の人をどう変えるかではなく、自分がどう変わればよいかが問題であることを、クライアントに理解してもらわなければならない。

④日常生活上、具体的にどう困っているか。

例えば、不登校の子供を持つ母親が、「子供が学校へ行かなくて困っているのです。」と言ってきたとき、カウンセラーは「子供が学校に行かないことで、家の中でどう困ったことが起きるのか具体的に聞かせてください。」と日常生活に焦点をあて、その解決を進める。

⑤どこまで解決すればカウンセリングを打ち切るか。

カウンセリングを終結する目安を、始めから決めておくほうが合理的である。どの問題がどの程度まで解決すればよいかを、具体的に話し合っておく。すべての問題が100%解決しないと満足しない、というようなことは、実現不可能な不合理な目標である。

(3) 解決目標を設定する。

カウンセリングの目標を設定し、たえず、それに向かってカウンセリングが進むようにする。

問題の解決目標についてカウンセラーとクライアントが話し合い、両者が合意することが前提である。

(4) 行動の目的を分析する。

つねに原因ではなく、目的に着目する。

例えば、「子供はどうして不登校なのだろうか」と考えるのではなく、「子供が不登校でいる目的はなんだろうか」と考えるようにする。

(5) 代替行動を考える。

クライアントが現在やっている行動に代わる、より合理的な行動を考える。

(6) 成果を評価する。

宿題として実行すべき行動を助言したら、次回のカウンセリングで、その成果を報告してもらい、効果があがっているようであれば、引き続き実行してもらい、効果があがっていないようであれば、別の代替行動を考える。

以上、カウンセリングの順序は次のようにまとめられる。

<表 2> Co:Counselor (カウンセラー) Cl:Client (クライアント)

| 順 序         | カウンセリングの目標                                                                                   | カ ウ ン セ リ ン グ ・ ト ー ク の 例                                                                                                                                                                                     |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| (1)勇気づけ     | ◎いつでも、C1の行動や人格や環境から肯定的な要素を見つけだし、評価し、問題解決に向けて動機づけをする。                                         | C1:私はとても暗い性格だから、人に好かれたいんです。<br>Co:あなたは人の気持ちがよく分かる人で、やさしい性格なんですね。感受性が豊かで、繊細で。<br>C1:いつもクヨクヨしていて煮え切らないんです。<br>Co:慎重によく考えるタチなんですね。                                                                               |
| (2)問題分析     | ◎何が解決されるべき問題であるかを話し合う。また、それは誰の課題なのかを考えさせる。<br>◎周囲の人をどう変えるのではなく、自分がどう変わればよいかが問題であることを理解してもらう。 | C1:なんとか、子供を登校させたいのです。<br>Co:私が今、できるのは、いかにあなたが子供と仲良く暮らしていけるのかの相談なんです。その結果としてひょっとしたら、子供もいい方向に向かうかもしれません。                                                                                                        |
| (3)解決目標の設定  | ◎合理的な解決目標を設定する。<br>◎常に原因でなく、目的に着目する。                                                         | C1:子供がひどく暴れたり、暴言を吐いたりします。<br>Co:これまではどんな対応をなされてきましたか？<br>C1:「そんなことはやめなさい!」と何度も言いました。ありとあらゆる努力をしたんです。                                                                                                          |
| (4)代替行動を考える | ◎現在の行動の必然の結末を洞察させる。<br><br>◎現在の行動に代わるよりよい行動を考えて実行させる。                                        | Co:これから、今のようにありとあらゆる努力をしたとしたら、子供はよくなると思いますか。<br>C1:「うーん。多分無理でしょう。」<br>Co:どうしても子供に何か言いたくなったら、「～するな!」とは言わずに、「私は～してほしいんですけど」、「私は～と思う」という言葉を使ってみませんか。                                                             |
| (5)再度勇気づけ   | ◎一連の話し合いの流れを再確認し、C1が代替案通りに行動できるように、勇気づける。<br>◎効果がなければ、別の代替案を考える。                             | Co:子供を叱らなくなると、けんかも少なくなって互いに過ごしやすくなったんですね。それは、うれしいことですね。<br>C1:でも子供を叱らないまいいいんでしょうか。<br>Co:前のように、叱り続けたとしたら、子供は、あなたのいうことを聞くようになると思いますか。<br>C1:うーん。聞かないでしょうね。でも不安なんです。<br>Co:それでは、今度は、お母さんの不安の解消のしかたについてお話ししませんか。 |

## 5 カウンセラーが助言をする際に気をつけること

### (1) 行為について助言すること

助言はクライアントの行為に対して行うのが原則である。したがって思考や感情に対する助言は避けて、具体的な行為に対する助言をおきかえることが望ましい。例えば、「1日1回子供のよいところを考えましょう」よりも、「子供が自分のお茶碗をかたづけたら、ありがとう、といってください」と助言するほうがよい。

### (2) 肯定命令文で助言すること

「子供をがみがみののしってはいけません」(否定文)という助言よりも、「子供をののしりたくなったら、その場を離れて一人になり、気分が落ちついてから会うよ

うにしてごらん下さい」（肯定文）というような助言がよい。

### (3) 課題の分離

起きていること問題が、誰の課題かを考えて、他者の課題には介入しないことと、自分の問題の解決に他者をあてにしないことを考えさせる。

### (4) 私メッセージ

相手の行動を非難するかわりに、自分の要求を感情的にならずに素直に言葉にするように助言する。例えば、子供が親をののしる言葉を発した時に「どうしてあなたはそんな言葉を使うの!」（攻撃的メッセージ）とは言わずに「私はそんな言葉を言われるのは好きではありません」（主張的メッセージ）と言うように、助言する。

### (5) 代替案

お金をくれないと、暴力的になる子供に対して、「いくらだったらいいですよ」と妥協点を伝えてみる。

### (6) 逆説的支持

症状や不適応行動そのものを意図的におこなうように支持するもの。例えば、「どうしても子供をがみがみののしってしまう」という父親に対して、「あと2週間、今までやっていた通りに行動してみましょう。」と助言する。又は、他者の欠点を避難する事をやめさせ、かえって称賛させる。「あなたはいつもゲームばかりして」と言わずに、「一つのことをやり続けるあなたは、本当に集中力があるわね」と言うように助言する。

## IV 事例研究

### 長期不登校を続けるA君へのカウンセリング・アプローチ

#### 1 事例の内容

中学2年生の不登校の男子（A君）。中学1年生の2学期から全く登校しなくなった。父親も母親もあらゆる方法で登校を促したが効果がなかった。本人が不登校をした四ヵ月後、父親が亡くなり、その途端に、反抗的になり、母親が自分の言う事を聞かない時は、物を投げる、壊す、壁をたたく、といった暴力的な行動をとるようになった。時には、彼が激しく暴れると、母親は家を出て、親戚の家で過ごさなければならぬこともあった。

全く外に出ず、引きこもったままで母親がすべての世話をしなくてはならず、その負担はますます大きくなっていった。母親にとって家が全くといっていいほど、落ち着く場所ではなくなり、半年間、その状態が続いた。心身ともに疲れ果た母親は、A君をどこかで生活させたい、と学級担任に相談を持ちかけてきた。

#### 2 カウンセリングの形式

(1) 面談の期間…夜の8時から10時まで。（9月16日～12月15日）

(2) 面談場所 …自宅以外の場所で行った。（喫茶店などで）

母親とC Oの二者面談である。

(3) 面談回数 …10回

#### 3 カウンセリングの目標

A君の暴力的な行動が少なくなること、親子間のコミュニケーションができること、この2つである。その際に、気をつけたことは、母親以外の大人が直接、訓育や実力行使の形でA君の暴力を阻止、または禁止するといった指導をおこなわない、ということである。

#### 4 指導仮説

- (1) 保護者（母親）との間に、カウンセリング・プロセスを主体とする相談方法を取り入れることにより、お互いの相互信頼が図られ、保護者の不安が軽減するであろう。また、両者の目標の一致の下での子育ては、子供の不適切な行動（粗暴的な行動）減少につながっていくだろう。
- (2) 学級担任と保護者が共通の認識（Passageプログラム）のもと、より具体的な解決目標を設定する事によって親子関係の改善が図られ、それにより、不登校の改善がなされるであろう。

#### 5 指導の経過

- (1) I期…導入期（9月16日）

<1回目>

(Co…教師)

母親はかなり精神的にまいっている様子であった。表情が暗く、重い。ここで、Coは、協力できる点があれば、力になりますよ、と言葉をかけ、A君についての様子を聞いてみた。（情報収集）

##### A君の様子

- ・半年も家から出たことがない状態である。
- ・1日中ゲームばかりしている。
- ・食事は家族ととらず、好きな時間に好きなものしか食べない。
- ・生活も昼夜が逆転している。
- ・ご飯のことなどで、本人の言う通りにしないと、物を壊したり、壁をたたいたりする。

次に母親に、何をどう解決したいのか、聞いてみた。

「学校に行かない、家に閉じこもっていてばかりいるA君に対し、ありとあらゆることをしたが、もう私の手には負えない。将来仕事にもつけない恐れがあるし、生活も乱れてきているので、全寮制の学校に、強制的にでも入れて、勉強させたい。また、生活リズムもつけさせたい。」

##### 【問題分析から解決目標の設定へ】

Coがまず、最初に母親と相談することは、「何を解決目標とするか」である。両者が共通の目標のもとに話し合いを進めないと、相談は上滑りしてしまう。

母親が当初、提示してきた目標は、「A君をどこかで生活させたい」であった。しかしその目標は、実際に親戚と共に、計画実行しようとしたが抵抗にあい、失敗に終

わったという。その方向では、問題が解決しないことは明らかであって、合理的な目標ではないよう思われた。

Coの提示した解決目標は「A君と仲良く暮らすこと」である。その理由は、現在の「A君の暴力的行動を減らす」には、母親とA君が仲良く生活できることだ、と感じたからである。

アドラー心理学では、子供がある暴力的な行動を起こした時に、「その子には粗暴性がある」とは考えない。「その子と相手との間に、暴力的なコミュニケーションが介在している」と理解する。

よって、そのコミュニケーションを変えるために、子供よりもまず、母親自身のA君への接し方を変えてみる、という方向で、解決目標の設定をした。

しかし、子供への接し方はそう簡単に変わるものではない。人間の性格は一朝一夕に変わるものではない。母親の「叱っても叱っても、子供は暴力的な行動を続けてるんです」という相談に、例えば、「叱ってもしようがないなら、叱るのをやめてみたらどうです」といっても、母親はやめられなかった。母親は、叱るのは良くない、と頭で理解していたとしても、なおやめられないでいた。

その理由の一つには「叱らないでくと、つけあがっていつそう悪くなるんじゃないか」という不安があるからである。もう一つには、「もっと叱るとひょっとして、この子だったらわかってくれるんじゃないか」と思うからである。（その状態をもう半年も続けているが）

よって、カウンセリングをする場合には、親を勇気づけながら、少しずつ新しい子供との付き合い方を学んでもらい、その時々で成果を評価し、さらに親自身の子供への接し方を変化させることに主眼をおく必要がある。母親の「全寮制の学校へ入れたい」という目標をあきらめてもらうために、Coは、その行動の必然の結末を洞察させた。（論理的な結末を予想させる）

Co：「A君に全寮制に行くことを勧めたら、『行く』というと思いますか。」

母：「…。多分嫌だ、というでしょう。」

Co：「これまでA君の嫌がることを無理やり押し付けたら、一体どんなことが起きましたか。」

母：「家の中にあるものを、投げつけたり、壊したり、それはもうひどく荒れました。」

Co：「すると、今、実際に全寮制の学校へ行きたくないといっているA君を、みんなで力づくで連れていったとしましょう。その時、本人は、どんな行動をとると思いますか。」

母：「…。今度は、もっとひどい暴れかたをするでしょう。もし、向こうへ連れて行くことができて、自分で自分を傷つける行動に出るでしょうね。」

Co：「それを分かったうえで、A君を力づくで、全寮制にいれられようと思しますか？」

母：「…。」

Co：「私が今のところできることは、家にいるA君とお母さんが、現在よりも、いい関係で暮らせるように相談することですが、それでもいいですか。」

母：「…。ええ、いいです。」

ここでひとまず、目標の一致ができたわけである。（しかし、7回までの面談を通して、度々母親はA君をどこかに連れて行く話をだしてきた。Coはあえてそれを否定せずに、私が引き受けられることではないので、誰か親戚にでも相談してください、と勧めた。）

そして、不登校を続けている子供に対し、生活のどのような場面で母親は困っているのかを訊ねてみた。

#### 【情報収集から問題分析へ】

##### 母親が困っていること

- ・ A君の生活が昼夜逆転して、不健康な生活であること。
- ・ 母親の作った食事はとらず、コンビニだけのものを食べること。
- ・ 学校にも行かず、外にも出ず、友達とも会わず、一生このままだと不安であること。

上の3つの点について、Coが母親と相談できることは、「学校へも行かず、外にも出ず、友達とも会わず、一生このままだと不安であること」だけである。「A君の生活が昼夜逆転して、不健康な生活であること」や「母親の作った食事はとらず、コンビニだけのものを食べること」については、その結果はやがて本人に降りかかるだけであるから、（病気になる結末を享受するのはA君）したがって、それは子供の課題であり、それに口を挟むのは止めてみませんか。と助言した。（課題の分離ということ）もちろん、これまで母親がとってきた子供への育児や、苦勞に対しては、肯定し、励ましをした。（勇気づけ）そして、子供の課題は子供に引き受けてもらい（責任をとるということ）、母親はその課題には口を出さない、また、本人に対して「早く起きなさい」などの言葉かけ、命令も一切止めてもらうようにした。（朝起きるのは子供の課題だから）今まで母親がしてきたことは、もちろん善意からであるが、それによって、本人の行動は変化しないのであるから、今までやってきたことは、もうやめてみましょう、ということだけが1回目のCoの母親へ勧めたことであった。

つまり、「注意をしない」「声をかけない」「できる限り、本人の願いを聞いてみる」の3つである。

#### (2) II期…分析期（9月28日、10月12日）

##### <2回目>

母親の表情が、前よりは明るくなっていた。家庭内の変化を訊ねてみると、A君の暴力的な行動は減り、けんかも少なくなったそうである。そこにCoは注目し、「叱らなくなると、けんかがなくなるんですね。それは素敵なことだと思いますか。」とお母さんを勇気づけた。また、ゲームやマンガの話などを時々母親にするようになったという。「叱らない」という新しい行動パターンによって、いい結果が生まれたことを、再認識してもらった。また、母親は、A君をどこかで生活させるという考えはやめたそうである。「A君と仲良く暮らしてみようと思ったのですね。勇気を持って、決意なさいましたね。」と、ここでもCoは励ましをした。しばらくは、その「叱らない」という状況が続けてみましょうか、とも勧めた。

次に、解決の新しい目標を「A君の引きこもりについて」に設定した。母親はそのことを、とても心配していたからである。「今までそれについてどんなことをしまし

たか」と聞くと、「『外へ出なさい』、とか、『友達とも遊ばないと駄目よ』と何度も言いました。」と母親はため息をついた。

その解決の代替案については、まず、今までやってきたこと（友達とも遊ばないと駄目よ、等の声かけ）を全部やめてもらうこと、その代わりに、「A君のいいところに注目して声をかけてみよう」である。なぜならば、「A君が外に出ない」という行動は、「A君が外へ出る勇気を失っているからだ」とCoは推測したからである。だから、外へ出てみよう、という勇気を持たせるには、「僕には能力がある」とか「周りは自分の仲間なんだ」という信念をもたせなければならないので、母親がA君を日常生活の中で勇気づけることを目標にしてもらうことにした。（A君は猫の世話は毎日やっているの、その部分に注目する）また、A君が引きこもりを選んでから1年くらいたっているの、A君が勇気がくじけたぶんを取り戻すのは、それと同じ1年ぐらいかかるかもしれないけれど、地道に勇気づけしていきませんか、と勧めてみた。

#### <3回目>

母親の表情は穏やかである。いろいろ話しが弾む。けんかがなくなり、A君は母親に頻繁に声をかけてくるようになったそうである。そして、A君の適切な行動を聞いてみると、「1度だけ、ゴミ捨てをしてくれた」「コンビニのご飯しか食べなかったが、家のご飯を食べるようになった」「夜は眠るようになった」「ご飯を母親が起きて作るまで待ってくれるようになった」「度々、自分の体の具合を伝えるようになった」等があったという。家庭内で母親も居心地がよくなってきたそうである。Coは、「そういうA君の行動には、どんどん『ありがとう』、『うれしいな』を言ってくださいね。」と助言をした。

次の解決目標の設定に、母親は、「A君の部屋が汚いので、どうにか片付けさせたい」と、相談してきた。「今までは、どうなされてきましたか。」とCoが聞くと、「口をすっぱくして何度も『部屋を片付けなさい』と注意しました。」と母親。「それでどうなりましたか。」「暴力的な行動を起こしたりして、一向に片付けません。」ここで、Coは母親に課題の分離を促した。A君の部屋は基本的に彼の責任において存在しているので、口を出す権利はない、ということ、応接間等の、共同の部屋については、共同の課題として問題にできるが、今、A君の部屋掃除について、注意をするのは、お互いの関係が悪くなることがあっても、よくならないと思います、と考えを述べた。

また、「基本的に、不登校も引きこもりも、部屋の掃除をしないことも、彼自身が決めたことなので、その結末を彼に引き受けてもらうようにしましょう。こちら側が、怒ったり、心配することは『親が心配してくれるんだな、責任をとってくれるんだな』といって、A君を無責任な態度にするだけだから、一切、母親は、責任をとらないでもらえませんか。でも母親ができることは、A君の適切な行動や貢献している部分に注目して、勇気づけることだと思いますが。」と、再度、現在母親が行っている代替案を続けてみることを勧めた。

#### (3) III期…再教育期（11月12日、11月26日、12月3日）

#### <4回目>

母親と叔父さん、Coの三者で面接をした。(叔父さんがCoと話したがっていた為)母親は開口一番「先生、あの子はなにも変わらないです。ずっと家に閉じこもっているばかりです。ずっとこの子の言う事を聞いていたのが馬鹿でした。私がいつもゲームやお菓子を買に行くんです。寮制の中学に、あの時行かせとけばよかったです。私が少し情をかけたばかりに…」つまり、子供の言う事を聞いて、家を居心地よくした事がかえって、家に閉じこもりさせる原因を作ったということである。そして、叔父さんも、何度かA君と話をして、学校へいくことを要求したようである。しかしA君は、かたくなに拒否したそうである。叔父さんが帰った後、A君は母親とひどくけんかになり、暴力的になった。

叔父さんも、この子をどこかに連れて行きたいことを話した。母親も「できるなら、今にでもどこかに入りたい、家から追い出したい」と言っていた。

母親は、相当A君と暮らす勇気がくじけていた。一緒に暮らすことが苦痛らしい。カウンセリングの立てなおしである。「A君と仲良く暮らすこと」をCoと母親は当初の目標の一致としていた。

しかし、母親は、いつしか、「学校へ行かせること」「生活力をつけさせること」を望んでいたわけである。それによってA君は「よし、暴力的な行動で自分の意見を示してやる!」と決意をしてしまって、また、もとのもくやみになってしまった。母親は、たぶん、叔父さんや親戚などの「これでは心配だよ、なんとかしないと」という愛情ある言葉に、揺り動かされてしまい、「子供と仲良く生きよう」という気持ちを忘れたのではなかろうか。これ以上、Coが説明しても、今のところは、母親も叔父さんも、納得しないだろうと感じ、「A君をどこかへ連れて行こう、という相談は申し訳ないけれど、私は関わることはできません。しかし、お母さんが家庭で幸せに暮らせるお手伝いはできると思います。それでもいいですか。」と相談契約を再確認した。注意や命令をすると、A君は暴力的になるので、それをやめてみることに。その代わりに、適切な部分には注目をする。

Coが「毎日、猫の世話をするのですね。それっていいことだと思いませんか。この子は怠け者だ、無気力だ、とおっしゃっていましたが、そうではないようです。どうですか。この子を忙しくするために、あと2、3匹、猫を買い与えてみてはどうですか。」と言うと、母親も笑顔を見せ、「そうですね。それは面白いです。まあ、この子も、猫がもっと欲しいと言っていました。私もね。この子が朝起きてこないものですから、猫を部屋にわざと入れてあげるんですけどね。ふふふ。」

ときおり、ユーモアも交えながら、とにかく、A君と権力闘争をしないでおくことをお母さんの課題にしてもらった。また、この面談の後、Coは母親に手紙を書き、今までの相談の経過や、相談目標についてもう一度詳しく説明した。A君を援助するには、母親が子供を叱らないで、いいところに注目したほうが得ですよ、と伝えるためである。また、この頃から同時に、A君との面接も開始した。1週間に1度家庭訪問して、彼といろんな話をするにことにした。

#### <5回目>

母親はとても落ち着いた様子である。登校刺激をせずに、仲良く暮らすことを考える、ということについては、納得して実行しているそうである。しかし、叱らないでこのまま過ごしたら、ずっと、不登校で、引きこもったままではないか、なにか教育したほうがいいのか、という不安がいつもある、という。「A君の勇気がく

じけているから、学校へも行けないし、外へも出られない」ということについては、あまり、よく分からないらしい。「A君が家庭で、母親と仲良く暮らすことが、本人が登校するきっかけになると思うのですが」と説明したが、そこは、賛成できなさそうであったので、これ以上の話はせずに、今、日常的に家庭内で困っていることを問題にすることにした。問題は次の2つである。「バスタオルを使うと、いつも部屋の中に持ちこんだまま、どんどんと新しいものを出すので、そのうちバスタオルがなくなって、家族中が右往左往すること」、「怒ったら、物を投げること」である。Coが「その2つが解決すれば、仲良く暮らせますか?」と聞くと、「はい、この2点だけです。」と母親。早速、その問題について解決目標を設定した。

代替案としては、家族それぞれのバスタオルを決めておき、それだけを使うこと。A君が部屋に自分のタオルを置き忘れても、一切注目せず、不自由してもらうこと。また、A君が怒って物を投げた時は、同じように怒って反応するのではなく、「私はそうされるといやな気持ちになります。」とだけ言って、後は注目しないこと。  
(権力闘争から降りること)

適切な行動に注目すると、それがどんどん増えて、不適切な行動はやがて少なくなる、というPassageの原則を理解してもらった。また、A君は聞いてみると、いくつも適切な行動をすることがわかった。いつも朝6時には母親を起こしてくれる、いつもお菓子はお姉さんと分け合って食べる、母が旅行前には「なにか手伝おうか」と声をかけてくれた、等である。「ありがとうね」「うれしいな」との声かけは充分注目することになるのでそれをしてくださいね。と助言した。

#### <6回目>

再度、母親と叔父さん、Coの三者で面接をした。二人とも、やはり、どこかで生活をさせたい様子である。母親の勇気がくじけたのだろうかと思ったが、そうでもないようである。現在、仲良くは暮らしているが、それだけでは、どうしても不安だ、ということである。家の中にいれば、勉強もしないし、生活も不規則だし、このままだと、将来仕事にもつけないから、だめだ、という意見である。そんなわけで、解決目標を「A君の自立について」にしぼってみた。それについて、合意した案は、「ゲームを買う代金のいくらかは、家の中の仕事をする事で稼がせる」である。今、A君のゲームは全部、無条件に母親が買い与えている。社会では、お金は働く労働の対価として支払われるから、A君にもそのことを学ばせようと考えたからである。それには叔父さんも、大いに賛成してくれた。また、Coからも、A君との面談で、将来のことについて、話し合うことにした。高校へ行くか、行かないか、行かないんだったら、どういう風な職業についてみたいか、職業訓練校に入りたいか、等、中学卒業後の進路について、少しずつ話し合うことにした。その前提として、これからは母親とA君が仲のいい状態のほうが、話し合いもできるから、その点について、よろしく、と母親にお願いをした。

この面談のあと、またCoは母親に手紙を書いた。「家の仕事をしてお金を稼がせる」等の、家族内でルールをつくる時に、気をつけること。(権力闘争に陥らないために) A君が自立する、社会と調和して暮らせる、という行動をするには、Passageの原理の中の「僕には能力があるんだ」や「家族は僕の味方なんだ」という信念をA君にもたせることですよ、と伝えたのである。

#### (4) IV期…終結期(12月15日)

##### <7回目>

始めから母親は和やかな表情であった。服装も以前より明るい感じである。母親はA君の適切な行動をすぐに語ってくれた。「適切な行動に注目する」ことを母親が実践しているためであろう。ある日の朝、A君は、朝までゲームをしていて、Coの訪問する時間まで起きられないから、母親に「次の日に来てくれってお願いしてよ」と頼んできたそうである。「相手の立場を考えて気がついたんですね、社会性がありますね。」とCoは母親とともに喜んだ。また、ゲームソフトを買ってきてもらう時に、ちょっとしたいざこざがあったが、きちんと論理的に説明したら、ちゃんと理解した、ホントにこの子は頭の回転がすごく早いんですよ、と母親は誇らしげだった。

##### A君の様子

- ・けんかをして、あとで謝ってくる。
- ・新聞配達などのアルバイトがしたいといっている。
- ・相変わらず猫の世話は毎日している。
- ・食べ終わった食器は流しまで運んでくれる。
- ・「このままの状態でもいいの?」と話をしたら、黙って聞いてくれた。(以前は暴れた)
- ・物をなげることはなくなった。
- ・朝は甘えてくる。

母親は、ようやく子供との上手な付き合い方を、学びつつある。Passageの提唱することは、「私がこんな言いかたをすると、子供は『僕には能力があるんだ』と感じるだろうか、『家族は僕の味方だ』と思うだろうか」と絶えず自己点検をすることだけである。それが決して、放任ではなく、また、無責任でもないことを母親は、理解しつつあるのではないかと感じた。A君は、いまだに不登校であり、引きこもりであるが、それをマイナスにとらず、今、あるがままの状態のA君と、仲良く暮らそうと母親が決心した時、A君は自己受容ができ、「家族のために自分ができること」や「将来について、どんな道を進みたいか」と考え始めたように思われる。(A君とCoの面接でも、そう話すようになった。)、Coが当初、目標としていた「母親とA君が仲良く暮らすこと」は達成されたようであった。たびたび、いざこざはあるものの、母親はしっかり、新しい子供との付き合い方に戻ることができる。ここで一応、カウンセリングの終結を宣言した。母親も了解をした。その後は、何かあれば、電話連絡をして、不定期に相談をする、ということで話し合いは、ここで打ち切った。

## 6 指導の結果と考察

母親の表情は面接開始直後と比べると、とても明るくなっていった。母親は、これまでの育児には限界を感じていた。不登校、引きこもりに関して打つべき手を全部打っていた。Coは「ここまで子供を大きく育てたんですから、もうそれで十分ではないですか。A君に『子育てを終了させていただきます。おつかれさまでした。』と宣言して、後は、ご飯をあげるだけにして、放っておいてはどうですか。」と勧めた。母親はその言葉にいくぶん心が和んだそうである。また、Coは度々、母親に「不登校、引きこもりは誰の課題でしょうか?お母さんがその責任を取ると、子供は何を学ぶでしょうか。」と課題の分離を説明した。そのことで、育児に一生懸命、責任感を抱いて四苦八苦していた母親の気持ち

はだんだんと落ち着いていったのだろう。そして、次の目標、「不登校、引きこもりの子供を援助する大人」としての母親の課題を、Coと考えるようにした。「どうしてあなたはこうなの！」という勇気くじきをしないで、いつもA君の適切な行動に注目すること、不適切な行動には注目しないこと（権力闘争をしないこと）、「～してくれてありがとうね。」「～してくれて、うれしいな」と言ってあげることで、A君の信念、「僕って能力があるんだな」「家族って味方なんだな」を伸ばしていくこと、「子育て」という意識でなく、「よこの関係」で、子供を尊敬し、信頼し、協力し合いながら家庭を運営していくこと。その行動を母親が勇気を持って実行した時、その結果として、A君の行動も変わっていった。暴力的な行動がなくなり、けんかした後、素直に「ごめんなさい」と謝る場面が出てきた。（時には職場にまで電話をかけ、謝ったそうである）そして、自分の食器を流しまで運ぶ、ゲームの代金でもいろいろ工面して母親の負担を減らそうとするようになった、等である。これでひとまず、親子は仲良く暮らせるようになった。Passageの子育てプログラムの理論は、親の育児に対する考え方、接し方を変える上でとても有効なように思われた。これからの課題としては、A君の不登校、引きこもりについて、教師、母親、A君との三者間の話し合いである。A君が「学校へは行かない」と決めた時にはその方向で援助を勧めていかなければならない。Passageの子育てプログラムはその話し合いの仕方にまで及んでいる。今回は、それを検証していこうと考えている。カウンセリングには終わりがあるが、子育てに終わりはない。親が子供と、仲良く暮らそうと決意したその勇気が、A君を変化させた。これからも母親は度々、「どうしたら子供に味方と思われるかな」と考えながら、過ごしていくだろうと思う。それはきっといい結果をうむであろう。引き続き、話し合いをしていきたい。

## V 研究の成果と課題

宜野湾市内の不登校生徒に関するアンケートを集計してみると、きっかけや要因も本当にいろいろな例があり、家族も教師も何よりも、その不登校をしている本人が、行き場に苦しみ、どうしようもなくなっていることが見えてくる。その解決方法を一概に述べることはできないが、私としては、育児と教育は、理論も技法も一本化して、親と教師が共通の目標の下に子供とつきあっていくほうがよいと感じた。Passageはその一本化の有効なプログラムであると思う。

これからの課題については、不登校生徒の学校復帰にいたるまでのプロセスは、まだ実践途上であるので継続する必要があるということ。また、このプログラムは、学級経営の分野でも応用されている例があるので、研修を深め、実際のクラスルームに生かしてみることである。

アドラー心理学では、社会と調和して生きる人間の3条件として、「自分が好きであること」、「他者を信頼していること」、「社会の役にたてる人間だと感じていること」を挙げている。以前、学校内で、不適応を起こしている子供や、不適切な行動をする子供に、そのことでインタビューしてみると、「自分のことはあまり好きでない」、「人は信用できない」、「自分は役にたっていると感じたことはない」という声が返ってきたことがあった。

そのような、あまり健康的とはいえない信念を、「僕って能力があるんだな」、「人は自分の仲間なんだな」に変えていくことで、子供達の適切な行動面は増えていくのではなかろうか。そう考え、私は続けて、学校現場でも実践を深めていきたいと考えている。

<付録> ～ 子供を勇気づけるこつ ～

| 勇気づけるメッセージ                                                    | 勇気をくじくメッセージ                                                          |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <u>貢献や協力に注目する</u><br>あなたのお蔭でとても助かった。<br>あなたが嬉しいそうなので、私まで嬉しい。  | <u>勝敗や能力に注目する</u><br>あなたはほんとうに有能だ。<br>えらい、よくやった。                     |
| <u>過程を重視する</u><br>努力したんだね。<br>失敗したけれど一生懸命にやったんだね。             | <u>結果を重視する</u><br>いい成績だ。私は満足だ。<br>いくらがんばったって結果がこれではね。                |
| <u>すでに達成できている成果を指摘する</u><br>この部分はとてもよいと思う。<br>ずいぶん進歩したように思う。  | <u>なお達成できていない部分を指摘する</u><br>全体としてはいいが、ここがだめだな。<br>ここをもう少し工夫するともっといい。 |
| <u>失敗をも受け入れる</u><br>残念そうだね。努力したのにな。<br>この次はどうすればいいだろうか。       | <u>成功だけを評価する</u><br>失敗してはなににもならない。<br>いったいなぜ失敗したんだ。                  |
| <u>個人の成長を重視する</u><br>この前よりずいぶん上手になったね。<br>一度くらい後戻りしてもいいじゃないか。 | <u>他者との比較を重視する</u><br>あの人よりもあなたのほうが上手だ。<br>あの人に負けていてどうするんだ。          |
| <u>相手に判断をゆだねる</u><br>あなたはと思う？<br>一番いいと思うようにすればいい。             | <u>こちらが善悪を判断する</u><br>それはよくない、こうしたほうがいい。<br>ここはよくできた。しかし、ここはだめだ。     |
| <u>感謝し共感する</u><br>協力してくれてありがとう。<br>やる気があるので嬉しい。               | <u>賞賛し叱咤激励する</u><br>よく働いてえらいね。<br>もっとがんばるんだよ。                        |

<参考文献>

- ・喜友名一 「『暴れる』をめぐって」 沖縄アドラーサークル 1998
- ・喜友名一 「『ゆうかい事件』について考える」 沖縄アドラーサークル 1998
- ・野田俊作 「アドラー心理学トーキングセミナー」 アニマ2001 1996
- ・野田俊作 「続アドラー心理学トーキングセミナー」 アニマ2001 1996
- ・野田俊作 「Passage」 アドラー・ギルド 1998
- ・野田俊作監修 「実践カウンセリング」 ヒューマン・ギルド 1998
- ・野田俊作・萩昌子 「クラスはよみがえる」 創元社 1997
- ・広島つれづれギルド編集 「僕達のアドラー心理学入門2・3・4」  
アドラー・ギルド 1993
- ・広島つれづれギルド編集 「やるきのABC」 アドラー・ギルド 1997
- ・広島つれづれギルド編集 「アドラー心理学を生きる」 アドラーギルド 1998
- ・日本アドラー心理学会 「アドレリアン 第1巻、第2巻、第12巻」  
アドラー・ギルド
- ・アルフレッド・アドラー 「子供の教育」 一光社 1998