

## 学校臨床におけるスクールカウンセラーの役割

—女子中学生のリストカット事例からみる学校システムに対する支援について—

郭 小蘭・郭 麗虹\*

平成17年11月30日受付

**【要旨】** 本論文は中学校のカウンセリング活動の中でよく見られる女子生徒のリストカットの事例からスクールカウンセラー（以下SCと略す）の学校全体に対する支援活動の実際を紹介し、支援方法について検討する。この実践的研究事例の提供の意義は、この領域に関する研究方法の開拓につながることで、また、現場で活躍している教師、保護者にとっても参考になることにある。

本論文の中ではまず第1部分では、筆者の出会ったリストカット事例を通じてリストカットって何だろうか。リストカットはなぜ起きたのだろうか。起きた時の対応及び今後の課題は何だろうかについて実践的な報告をする。そして、第2部分では学校でリストカットが起きた場合はどのように対応するだろうか、(具体的には第一の発見者、発見者の対応、SCへつなげていく、生徒の周囲の環境との必要な部分に関する情報共有と連携)について、実践的な報告を通じて学校全体に対する支援方法を検討していく。

さらに女子生徒のリストカットの3事例を通じて、思春期という難しい時期の女子の心理、生徒に対する大人のかかわり方について何か提言することができれば子育て支援に貢献することができるのではないと思われる。

---

脚注 郭 麗虹 (中国赤峰学院)

## 1. 筆者の出会ったリストカットの事例の特徴

リストカット（手首自傷）はいらいらして何か衝動的にやりそうな気持ちを強く感じる際に、緊張を減らす手段として行われ、自殺企図ではないことが少なくない（B・W・ウォルシュ、P・W・ローゼン、2005）。ところが、リストカットをする人の中には「死にたい」とか、「もう生きる意味が見つからない」、「自分はすべてだめだ」と訴える人が数多く見られるので表面上の行動から自殺企図がないと判断しがたい。自傷の傷は出血があまりない小さな傷から縫合の手当てが必要な大きな傷までさまざまであるが、「死にたい」という訴えと手首を切るという行為から判断すると周囲の人が油断できない緊張感を感じてしまう状況であろう。なお、リストカットをする人の中には複数の複雑な心理的な問題を抱えている人が多く見られるので、リストカットのきっかけを見つけることができてもリストカットの原因の査定が難しい。原因の査定が難しいことで原因を取り除くことが一層難しく、リストカットの予防がもっと難しくなってくるだろう。

ところで、リストカットはマスコミ関係で取り上げられるようになってからこの問題は社会に注目されるようになり、大人は「なぜ、そんなことをするの?」という疑問を持ち、子どもの中には「生きるのに飽きたの?」と時には冷たい目線で当事者を見る子どももいれば、同じ問題を抱えている子どもから「気持ちがわかる。」「自分もやってみたくなりそうで怖いよ!」「自分もやってしまった。」と共感の言葉をかけてくる子どももいる。筆者は実際に上述したようなことを聞いたことがある。

初めてリストカットと聞いたときに筆者はかなり自身の感情の動揺を感じた。どの程度の傷か、刺激に会ったらまたやるだろう、今度はもっと絶望感が大きいのではないか、連携できる医療機関につなげていったほうがいいのか、緊急事態が生じないだろうかなど、不安と焦りを感じる。一方、自分のかかわり方がクライアント（以下はCIと略す）にどんな影響を与えるか、しかもこれからの関係の持続にとってはどのような接し方をすることが望ましいかを冷静に見通してやらないといけなく強く実感した。筆者は自身の目を見たリストカットは手首に何十本の傷をつけ、出血の少ない傷と深い傷が両方あった。ただで痛々しい気持ちが伝わってくる。「痛いんです。もうやめたい。」と叫ぶCI。そのほか、相談の中で「リストカットした経験者」、「時々リストカットする」ということがわかったCIもいた。それぞれのCIの抱えている問題の詳細が違うが、共通点として見られることは(1)最近の喪失体験（仲のよい友達が自分から離れた、仲間同士の会話に自然に入っていけないと感じ、仲間に見捨てられそうな気がする、親の離婚で家族がどうなるのかについての不安、兄弟間の不平等な差別視）など。(2)自分の身体的な外見に不快を感じる（例、顔が暗い。目つきが怖い。どんくさい）。(3)身近に暴力を振るう光景を見ることがある（家族のけんか、DV、言語的な暴力、身体的な暴力）。これらの共通点はウォルシュの研究で紹介された幼児期・青年期の生活状況の評価と一致している（B・W・ウォルシュ、P・W・ローゼン、2005）。

リストカットの女子生徒の相談を受けて、CIにどのように言葉をかけていくのかが個別の事例に応じながら行うが、まず、「こんな痛々しいことをしたのは何か理由があったのではないか」とCIの気持ちを受け止め、そして、どんな状況でやったのかについてリストカットのきっかけを尋ね、「またやりそうですか」、「やりそうな状況は」、「やった後の気持ちはどうでしたか」など、CIの雰囲気に応じて共感的な言葉をかけながらリストカットそのものがCIにとっての意味づけを洞察していく。その話の中でCIの抱えている問題、問題の背景にある人間関係、家族の力動、利用できる支援資源、CI自身の資源を掘り下げていき、人間関係の変容を図るためには当面何がやれるかに焦点を当てながらCIの環境、状況についての査定をしていく。そして、CIの周囲の環境を調整していく作業をしていく。

環境調整の作業を行く中では筆者の基本的な視点は問題の所在がコミュニケーションのずれにあると考えることである。それぞれの行動は違う立場にある人から違う価値観で評価されるので、同じ行動に対するそれぞれの意味づけが違ってくる。自分の見方を主張する前に、違う価値観、感情を持っている人に相手の気持ち、考え、大切にしていることが何かを丁寧に聞き、それから、自分の見方を紹介する程度の雰囲気や相手に伝えるならば、相手はこちらの意見が押し付けられたような感じを受けずに落ち着いて話を聴いてくれるかもしれない。しかし、現実においては問題を抱えているCI自身の家庭状況などは大変ストレスの多い状況でゆとりをもって相手の話を聴けるような状況にないことが少なくない。相手の考えを最初から拒否していることが表面上の言動から読み取られて互いに不信感、嫌悪感を抱いていることが多い。そのため、互いに話が合わないのがわかって、もう話さないというコミュニケーションが断ってしまう事態になる。このような事態中でCIはリストカットという手段で何を訴えようとしているのか、それによって何が得られるのかについてまず関係者の見方を聞き、そしてSCの見方を提言し、「どうしようか」とその人の自己決定を伺うという形でSCの助言をしていく。このように「相手に学ぶ姿勢で」「一緒に事態を見守り、一緒に伴走する」というプロセスで「様々な見方についての情報提供する役割」を果たしていくのである。

上述したことからみてわかるように複雑な人間関係を現在進行形の形で調整していくためには、まず、SCと関係者それぞれとの信頼関係の構築が前提にある。その際にSC自身の姿勢と感受性、人間一般に対する基本的な信頼感が、関係者との信頼関係の構築という作業の中で映し出される。そういう意味でSC自身の客観視が重要で不可欠なものであるように感じる。スーパービジョン（SVと略す）を受けることの意義が大きい。

また、問題を抱える生徒を理解する際にできるだけ多方面から多視点的にアプローチしていく必要性を痛感した。つまり、生徒に対する総合的な理解が大切である。まず、CIの問題そのものに対して感情的に反応しすぎないようにする。CIは問題を通して何を訴えているのか、別の方法でそれを訴えることができないか、訴えた結果がよかったか、今後またやるならもっと上手な方法がな

いかという柔軟な目で冷静な頭脳で第三者的な視点からCIの問題を客観視していく。その際専門知識は有用である。心理的な側面からCIの発達課題の達成度の査定（友人関係における親密性の発達、親からの離脱・自立問題、自我同一性の獲得程度など）、社会的な側面からCIの環境、状況の査定（家族の力動、学級内の力動、教員との信頼関係、家族の経済状況）、そして生物学的な視点から身体的な健康状況の把握（薬物使用の必要性の有無、疲労程度など）。これらのことについては、SCはある程度の知識、技術の取得ができています。それらを生かしながら学校現場から学んだ知識・技術を重ねていくことでより総合的な判断ができるのではないかと期待される。無論SCは日々自己研鑽に尽くすことが義務づけられるだろう。そこはSCの専門性の役割であり、今後の課題でもある。

## 2. 学校全体に対する支援活動の実際と支援方法についての検討

### A 中学校における支援活動の実際

現在どの中学校にも年間30日以上欠席した不登校生徒、また、完全不登校ではなく時々来校して保健室で過ごしたりする保健室登校生徒、また、最近物理的な環境のゆとりのある中学校では個別学習室という別室を用意し、学級に入れませんが別室で学習する生徒もいる。

SCは不登校の生徒の親の相談を受けたり、保健室登校の生徒本人のカウンセリング及びその生徒の環境要因として大切なキーパーソン役を果たしている養護教諭、担任の相談を受けたりすることで学校臨床という領域で支援活動をしている。

SCの活動の中では家族の機能が維持されており、親のかかわり方が生徒の気持ちに応じたかかわり方になっていないだけが問題であるという事例もあれば、家族成員同士でコミュニケーションがとれないほど互いに対して長年の不満、どうしようもない失望感、不信感、嫌悪感を抱いている事例もよく出会う。家族機能が維持されている場合は親に生徒の気持ち、思春期の子どもの心理一般について伝え、親が子育てに対する自分の考え方を見直すことにより一層子どもの気持ちに近い対応をすることができるようになり、親子関係の修復が短期間でできる場合もある。しかし、家族同士で互いに不信感を抱いている事例の場合は学校が家族に対する直接的な介入が難しいという現実があり、家族に対する間接的な介入をしながら学校というところを生徒の心の居場所として機能させることが必要になってくる。そのためには、養護教諭、担任という個人の支援も大切だが、学校全体の一貫した方針がある対応が求められる。つまり、学校全体の生徒支援のプログラムが必要である。そのプログラムを作るプログラマーの一員としてSCの大きな役割が期待されるだろう。

筆者はA中学校にSCとして派遣された当初、A中学校の校長は各担任に問題を抱えている生徒のことでSCに相談してほしいという趣旨で呼びかけた。それで、ほぼ全員の教員は来談し生徒に対する接し方について助言を求めた。その後、不登校の生徒の親にその親が相談に来るように担任は呼びかけた。それから一日2、3件親のコンサルテーション、2、3件担任のコンサルテーションが

あり、コンサルテーションを中心とした相談活動が多かった。そのうち、保健室登校の2、3人の生徒がだんだん相談室に足を運ぶようになり、生徒のカウンセリングも徐々に始まった。その中で大変な思いをしたがとても生徒から学んだことが多かったのはリストカットの事例であった。

最初の事例は、後述する事例「心の居場所を探したXさん」の事例であった。保健室登校をしたいが親から許可を得られないXさんは保健室でリストカットした。それを発見したのは養護教諭であった。養護教諭はまず傷の手当てをしてあげ、「何かあったのか」と話を聴いてあげた。そして、リストカットしたことを担任、校長に報告した。担任はその連絡を受けてから保護者にそのことを連絡した。何回か保護者を呼んで学校で学校側の教員と面談したこともあった。そして、「専門家のSCに相談してみてもいいか」とSCのところにつなげていった。それから学校の窓口が教頭で保護者の窓口が担任で保護者の相談日時について連絡してくるというような形でやりとりをした。担任のコンサルテーション、保護者のコンサルテーション、そして1週間後に生徒の様子に変化があったかなどについてSCは担任に確認し、助言の内容を検討した。生徒自身の来談も無論勧めた。生徒の来談がある場合は、生徒から得た情報、保護者からの情報、担任、養護教諭、学年主任、教頭など学校関係者から得た情報、特にそれぞれの方の問題の所在についての見方を聞くことを重視した。関係者同士が集まって対応方法について協議することも時にはあったが、主にSC自身は時間を見つけてそれぞれの方に尋ねていくことが多かった。というのは学校の教員は教科担当で空いている時間が少ないから。このようにして多方面から情報を収集し、得た情報を多視点的に分析し、関係者に相談する姿勢で一緒に協働作業をするのが学校臨床におけるSCの一つの仕事姿であろうと筆者は感じた。学校という現場に慣れてくるにつれて、SCが家庭訪問をすることなどやれることの範囲がさらに広がり、相談室にとどまらずにより積極的に介入していくことを少しずつやり始めていた。

## B リストカットの事例

### 「心の居場所を探すXさん」

Xさんは女子中学生。友人関係がこじれて学校では居場所がないと感じ始めた。人の視線、自分の視線を恐れて学級に入れずに人に見られないところが学校でほしかった。また、Xさんの家族関係は互いを責め合うような非親和的な関係で家にいるときも干渉されてしまい、一人でゆっくり過ごせる場所がほしかった。だが、それが難しいというのは現実であった。学校にいるときも家にいるときも人に追いかけられるように感じ、「私はどうしたらいいの?」と涙を流しながら訴えた。

担任にXさんの周囲の環境について聞くと、家族に対する不満をXさんから聴いたことがあるが、学級内でXさんを排除するような雰囲気が感じられなかったという。Xさんの内面的な苦しみに対しては理解できていなかった状況であった。

一方、担任に勧められて来談したXさんの母親は「なんでリストカットするのか!」「高校に行きたくないのか」とXさんの気持ちを理解する姿勢というよりも怒りを感じさせられるような母親自身の感情を訴えた。SCは今のXさんにとってはゆっくり休んで充電する時期かもしれないと母親に助言し、家庭の中では干渉されずにいられる空間の確保ができないかと母親に尋ねた。母親自身は家族関係がXさんのいったような干渉的關係としてとらえていなかった。Xさんの苦しみの中身が母親に伝わっていない様子であった。

Xさんにとっては共有する生活時間が最も多い親、担任から十分に理解されていなかったことは大変苦しむことであり、Xさんの状況を変えていくことの困難さを感じた。Xさんにとって頼れるような有効資源はどこにあるだろうか。それを探していく中で養護教諭、校長がそれに適していることが偶然にわかった。というのは養護教諭がXさんの話をよく聴いており、ある程度の信頼関係がすでにできていた。また、養護教諭は聞き上手な方であり、柔軟にかかわれる教員の一人でもあったから。校長はSCの話の傾聴してくれる方で、職員会議などの場で生徒の姿を教員以外の立場で理解することができるよう、また、情緒不安定な生徒に不必要な刺激を与えないように職員に呼びかけていた。この二方の協力でXさんを守るよう働きかけた。

SCは養護教諭と定期的に必要な部分の情報共有をしたり、対応方法について意見交換したりしていた。SCは同時に養護教諭の心理的な受け皿としての役をしていた。Xさん自身とSCの関係については、前半はXさんはSCの接近に応じてくれた。面接などで幼少期の喪失体験、現在の家族関係、すなわち、自分と通じ合わない同士なのに自分に甘えてくる家族などについて話しあった。過去を整理し、「人の言動に敏感な自分」についての気づきがあった。後半は、学校はXさんの保健室登校を認め、クラス替えの機会を提供し、さらにたまたま提供することができた個別学習室を提供してXさんの「ひとりでゆっくり勉強したい空間がほしい」という願いを実現させることができた。このような生活状況の変化に伴って、SCが接近してもXさんは勉強したい様子でそれでSCは「勉強したいようで、何かあったらいつでも声をかけてね」とXさんに伝え、相談を終結したのであった。Xさんは学校で心の居場所を見つけることができ、その後一生懸命に勉強に取り組み、最終的には親の望んだ普通高校に進学した。

次に紹介するYさん、Zさんの事例は学校全体に対する支援方法がXさんの事例とほぼ同じなので事例の簡単な概略だけをここで紹介したい。

「みんなの前でいつも無理に笑顔を作っている自分がいやだというYさん」

Yさんは女子中学生である。様々な領域で優秀な成績を出せる実力者である。性格は控えめで、外見からみてあまり目立たないような感じを受ける。そんなYさんはある日相談室にやってきた。出訴は自分がみんなの前で泣きたいということであった。経緯について詳しく聞いていくと、自分

が弱音を吐いたときに周りに真剣に受け止められていない。それが悩みようであった。できたらどんなことをしてみたいと聞かれて「みんなの前で泣きたい」と声低くゆっくり語った。また、別の面接では自分が周囲の人に嫌われていないかという不安を語った。さらにSCと一緒に周囲の状況について分析していく中で「今までの友人と少し離れていて、嫌われていないか。別の女子生徒に接近しようとしているが、その生徒に嫌われていないか」について新しい友人関係の形成に伴う不安を語った。Yさんのことで関係者に尋ねてわかったことは「進路をめぐって親と意見が合わない」とか「明るい性格になりたいようである」とか、様々なサインを出している。Yさんが養護教諭と少しずつ信頼関係ができてくるにつれて保健室利用希望やリストカットをやっているというとかで養護教諭の注目を得ようと思われるサインを出していた。以前の経験を踏まえて早いうちから注目されたい対象を親へとつなげていったほうが予防的にもいいだろうと考え、学校側の呼び出しで親をよんで、Yさんの様子の報告、Yさんのいいたいことが親に伝わっていないようであること、進路そのものについて議論することよりもYさんが自分で決めたいという自己決定の欲求を聴いてあげることのほうがうまくいくかもしれないことなどを親に伝えた。親は「自分で決めていいよ」と意思表示をした。その後Yさんは落ち着いてきた。Yさんは思春期の自我形成という発達課題に伴う一時期の心理的な不適応という問題を抱えたのだろう。これから1歩1歩自分の意思で自分の道を決めていくのかなと感じた。

### 「自分が見捨てられそうでどうしたらいいかがわからないZさん」

Zさんは女子中学生である。大変明るい表情で悩みがあるようにみえない生徒である。Zさんが悩みを養護教諭に訴えて養護教諭からSCのところへつなげてくれた。面談の中で次第にわかったことは家族関係が複雑で親を喪失した体験があり、いつ一人になってもありうるような状況で家族との分離不安を抱えている。また、仲間関係では仲間の話についていけなくて孤立感をもっている。自分はだめだと思い、どうしたらいいかがわからず、どうしてもいらいらしていたときにリストカットをしてしまった。リストカットしたときに一時的に気持ちが落ち着いてきて、その後は複雑な思いを感じていた。リストカットのことで友達にやさしくしてもらえた。一方、友達にまたかと思われるのも自分もいやだと感じた。SCはどうしたらいいだろうかとリストカットで周囲の環境に助けを求めているようなZさんの心からの声が聞こえてくるように感じた。SCはZさんの話を丁寧に聴き、今やりたいことがないということも一つの悩みかなと聞いてみたら「はい」と答え、元気が出て相談室を後にした。

### まとめ

Xさん、Yさん、Zさんの3事例からみてウォルシュの研究で示唆されたように(1)リストカット

は緊張を軽減するための手段として機能する。リストカットすることによって、CIの周囲の人間関係を巻き込み、関係者からの注目、関心、助けを得られる一時的な安堵感が得られるが、同時にそれで完全に人間関係を操作することができないという失望感、自傷に伴う心身的な傷が代償としてついてくる。(2)自傷行為というのは心身ともに傷づいた自分という存在に対して不快を感じてさらに傷づけていくというような心理機制があるようである(3)Xさん、Zさんの事例は幼少期の喪失体験、家族の不和、現在の友人関係の形成の機能不全という点で共通している。Yさんの事例は思春期の親密性の形成に伴う心理的な不安を伺うことができるような事例ではないだろうか。大人の子どもに対する接し方として提言できることは、子ども置かれた状況について子ども自身がどのように認識しているのかを尋ねるといった形で子どもに気づかせて、子どもの自身の客観視を促す。そして最終的に自分で意思決定をするというスタンスで接することがうまくいくかもしれないということである。3事例のCIとも特別な女子生徒ではなく、思春期の女子生徒の共通する発達課題の姿を見せてくれた部分が大いではないかと考えさせられる。

学校臨床ではSCの専門性を生かし、SCが学校全体の一員として学校全体の関係者と協働することで生徒を守り、さらに生徒の自己成長を高めていくことがSCの大きな役割の一つではないだろうか。生徒理解については生徒自身に学び、学校臨床は学校での実際的な生活の中で学んでいくものではないかと痛感した。

また、学校臨床では、心理的な側面からみる発達課題（友人関係・家族関係）、社会的な側面からみる現実問題（学業不振・進路・親の離婚・兄弟間の差別視）、生物学的な要因としての身体的な健康の水準など、総合的な見方で見立てることが大切である。的確にアセスメントするために①多方面からの情報収集、②収集した情報に対する心理分析、状況分析。そこで心理学的な解釈、教育学的な解釈、親の解釈をきめ細かく取り入れて本人像を理解しようとする努力が必要不可欠である。③多角的な視点での解釈に基づく総合的なアセスメントを相談する相手に次のような方法で、すなわち相手の心理状況に応じながら、相手のわかる言葉でわかりやすく、共感的な言葉遣いで返していく作業をすること。この際SC自身の人柄がよく反映されるのでSCが日々自分自身の言動に対する客観視が重要であり、スーパービジョンを受けることは望ましい。④そしてCIに対する多方面からのかかわりをした結果についてまた分析し、関係者と協議し、今後の対応の方向性について共通理解をもつようにする。このように、CIの問題解決のために、また、CIのさらなる自己成長もできるように援助するためには、SCは自分の専門性を生かしながら利用可能な人的資源、物的資源を見つけ出し、親、担任、養護教諭、教頭、校長などCIの身近な大切な人間関係からの支援をコーディネートしていくことがとても意義あることである。筆者自身は力量を高めていくために日々の自己研鑽が何より大切であると実感している。

自傷行為は外国でも見られる。社会的、文化的な要因という視点からも見て今後比較文化的な研



究を進めていきたい。

筆者は学校臨床活動の中でSVをしてくださった安田道子先生から貴重な助言をいただき、この場を借りて改めて感謝の意を申し上げます。

## 参考文献

滝川一廣 (2004) 新しい思春期像と精神療法 金剛出版

青木省三 (2003) 思春期の心の臨床 金剛出版

B・W・ウォルシュ、P・W・ローゼン (著)、松本俊彦、山口亜希子 (訳) (2005) 自傷行為 金剛出版

小山充道 (2005) 臨床心理士のスクールカウンセラー専門性と役割— 日本臨床心理士会雑誌 (第14巻1号) 日本臨床心理士会 pp.39-44