

令和7年度 研究紀要

教育相談研究 第53号

徳島県高等学校教育研究会 教育相談学会

目次

○巻頭言				
	「教育相談学会」第53号の発刊に寄せて	学 会 長	小 谷 慎一	… 1
○寄稿				
	教育相談の充実に向けて			
	徳島県立総合教育センター 特別支援・相談課	課 長	大久保 秀昭	… 2
○研究大会				
	大会概要			… 5
	研究発表	学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて		
		徳島県立板野高等学校	養護教諭 村口 友美	… 6
		本校の教育相談の取組について		
		～自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして～		
		徳島県立阿波西高等学校	養護教諭 日下瑞月	…17
	研究協議			…31
	講演	解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリング		
		愛媛大学 教育学部	教 授 相模 健人	…38
	情報交換			
		「教育相談で大切にしている視点」について		
		第一会場 及び 第二会場		…48
○心の窓				
	生徒のために私ができること			
	徳島県立徳島科学技術高等学校定時制	教 諭	西 條 玉恵	…52
	本校の教育相談について			
	徳島県立城東高等学校	教 諭	宮久保 浩子	…53
	本校の教育相談について			
	徳島県立小松島西高等学校	教 諭	佐藤 佐智子	…54
	本校の教育相談について			
	徳島県立脇町高等学校	教 諭	井上 富美子	…55
○事業概要				…56
○役員				…57

〔巻頭言〕

「教育相談学会」第53号の発刊に寄せて

学会長 小谷 慎一

学会員の皆様、各校理事・常任理事の皆様にはおかれましては、日頃より教育相談の充実・発展に格別のご尽力をなされていることに深く感謝申し上げます。

さて、今年度の研究大会は、令和5年度に4年ぶりに再開した集合開催から3年連続で四国大学を会場として、令和7年8月22日に開催いたしました。研究主題についても継続して「生徒に寄り添い、豊かな未来を築く教育相談」と掲げ、69名が参集した研究大会となりました。

はじめに、板野高等学校 村口 友美 先生から「学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて」、続いて、阿波西高等学校 日下 瑞月 先生から「本校の教育相談について～自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして～」と題しての研究発表がありました。いずれも日々の教育相談体制や、一人一人の生徒を大切にされている実践を丁寧に発表いただき、実践内容が共有できる研究発表となりました。また、研究発表に対しての指導助言を、徳島県立総合教育センター特別支援・相談課長の 大久保 秀昭 様、徳島県教育委員会いじめ・不登校対策課 不登校支援担当指導主事の 川平 伸也 様から賜り、有意義な協議の場となりました。

午後からは、「解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリング」と題して、愛媛大学教育学部教授 相模 健人 様より、教育相談の際に大いに活用することができる傾聴の枠組みである「EARS」や、教育相談で解決を導く二つの方法等についてのご講演をいただいた後、2会場に分散して情報交換会が行われました。情報交換会のテーマは「教育相談で大切にしている視点について」であり、会員の先生方は、研究発表、研究協議、指導助言や相模先生のご講演、並びにご自身の経験や相談事例等を踏まえられながら、熱心に意見交換がなされていました。明日からの実践に、大いに生かせる情報交換会となったことと拝察いたしました。

日々の校務の処理や事案の対応に追われ、また様々な課題の解決に向けて奮闘なされている学会員の皆様が研究大会に集うことで、教育相談上の悩みを共有したり、疑問点を明らかにしたりすることで、学び合いができた貴重な一日・確実な一步の共有になり、盛会のうちに大会を終えることができました。また、大会当日には、会場準備や分科会の運営に多くの会員の皆様にご協力いただきましたことに改めて感謝申し上げます。ありがとうございました

発刊された本学会誌に改めて目を通されることで、大会当日の学びを振り返ることができ、今対応されている事例に活用していただきたいとの思いで編集いたしました。これらの研修や日々の実践を通して、会員の皆様の教育相談スキルが向上し、教育相談の目的である各校生徒の「個人の資質や能力の伸長を援助」することで、「生徒に寄り添い、豊かな未来を築く教育相談」が構築されていくことを心から期待しています。

結びとなりますが、本誌を発刊するにあたり、寄稿していただきました皆様、編集に携わっていただいた役員の方々に深く感謝を申し上げますとともに、会員の皆様方の今後ますますの御活躍と教育相談学会のますますの発展を祈念いたしまして、「教育相談学会」第53号の発刊にあたっての挨拶といたします。

教育相談の充実に向けて

徳島県立総合教育センター

特別支援・相談課課長 大久保 秀昭

1 はじめに

教育相談学会の皆様におかれましては、教育相談の充実に向けて熱心に御尽力いただいておりますこと、心より感謝申し上げます。

さて、令和5年度の文部科学省調査によると、小、中、高等学校における不登校の児童生徒は、11年連続で増加し過去最多、いじめの認知件数においても、過去最多となっており、県内の状況も全国と同様となっております。

このような状況の中、生徒が抱える課題は、ますます複雑かつ深刻化しており、不登校やいじめ、家庭環境の問題など、多岐にわたる支援が求められています。

また、令和4年12月に改訂された「生徒指導提要」においても、生徒指導と教育相談が一体となって「未然防止や早期発見、早期支援、問題への対応について一貫した支援に重点を置いたチーム支援体制をつくる必要がある」ことが示されるなど、教育相談において「チーム支援」の重要性が高まっております。

しかし、学校が単独で対応することが難しいケースも多くなってきており、専門職や関係機関との連携を前提とした「チーム学校」の考え方が重要となっています。

徳島県立総合教育センター特別支援・相談課では、相談業務に加え、不登校支援に関しては、「ほっとスペースあせび」、「ライフサポーター派遣」として、居場所作りや自立への側面的支援を、学校支援に関しては、「不登校児童生徒支援会議」の開催など様々な事業を実施しておりますので、ぜひ御活用ください。

各校におきましては、学校生活のみならず社会状況や将来に対する不安を抱く生徒の声に、日々耳を傾け、寄り添いつつ、あらゆる側面からチームでアプローチをしてくださっていることと思います。今後も生徒が安心して有意義な学校生活を送ることができるよう、御支援をよろしくお願いいたします。

2 生徒指導提要に示されている教育相談について

生徒指導提要では、教育相談は、生徒指導の一環と位置付けられ、生徒指導と教育相談を一体化させて、全教職員が一致して取組を進めることが必要とされています。また、教職員には、教育相談の基本姿勢として、「児童生徒理解（アセスメント）に基づいて考えること」、「柔軟な働きかけを目指すこと」、「どの段階でどのような指導・援助が必要かという時間的視点を持つこと」が求められています。

これらの視点を踏まえ、教育相談活動を展開していくためには、生徒指導と同様に、通常の教育活動の中で、様々な資質や能力の積極的な獲得を支援する「発達支持的教育相談」及び、全ての児童生徒を対象とした課題の未然防止教育や、課題の兆候が見られる特定の児童生徒を対象とした「課題予防的教育相談」、深刻な課題を抱えている特定の児童生徒への「困難課題対応的教育相談」の重層的支援構造で考え、実践していくことが重要であると示されています。

また、教育相談は、教育相談コーディネーター、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー等が個人的に実践するものではなく重層的支援構造の教育相談が組織的・計画的に実践できる体制づくりが、何よりも重要とされています。このことを踏まえ、実効的に機能する校内

体制を組織することが求められており、学校だけでなく、専門職や関係機関との連携を前提としたチームを構築することが大切になってきます。

生徒指導提要では、チーム支援においては、管理職のリーダーシップの下、全校体制で取り組むチーム支援のプロセスとして次の図を用いて説明しています。

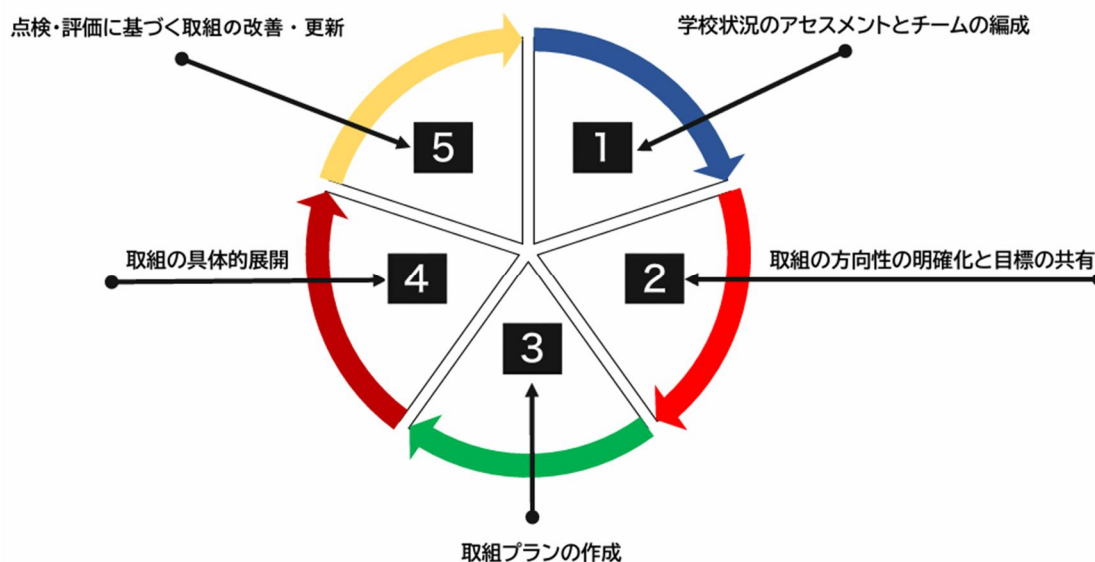


図 チーム支援のプロセス
(生徒指導提要 令和4年12月 文部科学省より)

まずは、児童生徒のアセスメント、そして、取組の方向性の明確化と目標を共有し、プランを作成して支援を実施、評価・改善のPDCAサイクルを意識して取り組むことが大切であると説明しています。このように、全校体制によるチーム支援の取組の改善を積み重ねていくことにより、「チーム学校」として発展していくことができます。PDCAサイクルを意識しながら取組を推進していくことが重要です。

教育相談では、児童生徒理解を深め、丁寧な関わりと観察から危機のサインに気づこうとする姿勢を持ち、早期に対応できる体制や教職員全体で共有できる体制を整えておくことが重要と言えます。そのためには、校内支援体制の構築だけでなく、教職員一人一人が教育相談に関する専門性を高めていくことも必要となってきます。

生徒指導提要には、教育相談について、多くの大切なことが示されています。すでに実践していること、現在取り組み始めていること、まだできていないこともあると思います。まずは、それぞれの学校の教育相談体制を整理し、無理せずできそうなところから取り組んでみてはいかがでしょうか。

3 研究大会について

今年度の研究大会は、「生徒に寄り添い、豊かな未来を築く教育相談」を研究主題として、四国大学を会場に、集合型での実施となりました。事務局の皆様には、準備段階から当日の運営ま

で御尽力いただき、感謝申し上げます。

研究発表は、板野高等学校と阿波西高等学校の2校から御発表いただきました。板野高等学校からは、学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて発表をいただきました。生徒のアセスメントとして、面談や日々の観察などから得られた情報を校内サーバーで情報共有するなど、校内で共有する仕組みが構築されており、事例にもあったようにチームで取り組みを進められていました。また、性格診断テストやアンケート調査の結果を活用し、データに基づいて実践を進めていました。客観的なデータを共有、活用することは効果的な取り組みに繋がります。今後もデータを活用し、取り組みを継続していただきたいと思います。

次に、阿波西高等学校からは、学校で実践されている教育相談について発表をいただきました。新入生の受け入れに向けて、早い段階から情報を共有し支援体制を整備したり、年4回の個人面談や心のアンケートを実施したりするなど、生徒のアセスメントを丁寧に行っており、実態に基づいた取組を進められていました。また、他機関と連携した心の健康教育や生徒主体の啓発活動など、目的を明確にして実践を進められておりました。今後も発表テーマの副題にありますように、自他ともに大切にできる生徒の育成に向け、取組を継続していただきたいと思います。

両校の取組ともに、生徒指導提要に示されているように、アセスメントを丁寧を実施し、教員間で共有のもと、アセスメントに基づき計画、実践を進めていました。PDCAサイクルを意識しながら、実践を積み上げていくことがチーム支援をより強固にしていきます。今後も評価・改善を繰り返しながら継続した取組を期待します。

今回の研究大会を通して、得たことを各学校においてしっかり活用していただき、教育相談体制の充実に繋げていただきますようお願いいたします。

4 おわりに

本学会を通じて、各校の実践を共有し、最新の知見を得ることで、教育相談の質の向上と支援体制の強化が図られることは、大変意義深いことです。

教育相談は、生徒一人一人の思いや背景に寄り添い、安心して学べる環境を整えるための重要な取組です。近年、生徒が抱える課題は多様化・複雑化しており、学校だけでの対応には限界がある中で、教育相談の果たす役割はますます大きくなっています。発表校の取組にもあったように、関係機関と連携し、それぞれの専門性を生かし、協働していくことが重要となります。そのキーパーソンが、教育相談コーディネーターです。今後も、教育相談コーディネーターを核としたチーム支援の充実に向け、校内体制の整備と教職員の専門性向上を継続的に進めていきたいと思っています。

徳島県立総合教育センターといたしましても、現場のニーズに寄り添いながら、教育相談に関する研修や支援を一層充実させてまいります。今後とも、皆様の御理解と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、今後ますます重要性を増す教育相談について、学会員の皆様が、さらに理解を深め、実践を充実させていくことができますよう、教育相談学会のさらなる御発展を心より祈念いたします。

令和7年度 徳島県高等学校教育研究大会

教育相談学会

1. 研究主題 『生徒に寄り添い、豊かな未来を築く教育相談』
2. 期 日 令和7年8月22日（金）
3. 会 場 四国大学
4. 研究発表者及び研究発表題目
 - ①板野高等学校 養護教諭 村口 友美 先生
「学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて」
 - ②阿波西高等学校 養護教諭 日下 瑞月 先生
「本校の教育相談の取組について～自他ともに大切にできる生徒を育成する
教育相談活動をめざして～」
- 助言指導 総合教育センター特別支援・相談課 課長 大久保 秀昭 氏
いじめ・不登校対策課 不登校支援担当 指導主事 川平 伸也 氏
5. 講 師 愛媛大学 教育学部 教授 相模 健人 氏
6. 演 題 「解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリング」
7. 情報交換会
8. 日 程

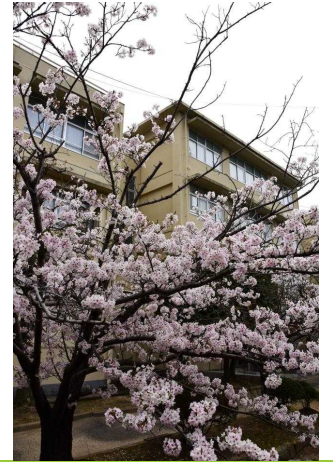
受付	9:20～9:50	
開会行事	9:50～10:10	(経営情報館 P204)
研究発表	10:10～11:00	
研究協議	11:10～11:50	
昼食	11:50～13:00	
講演	13:00～14:30	(経営情報館 P204)
質疑	14:30～14:45	
移動	14:45～14:55	
情報交換会	14:55～15:50	(経営情報館 P301、302)
閉会行事	15:50～16:00	

学校生活に不安を抱える 生徒のサポートについて

徳島県立板野高等学校

1

1 はじめに



2

2 本校の概要



3

3 生徒の状況



4

4 教育相談体制

- ・環境厚生課内に教育相談関係が含まれる
- ・養護教諭が相談教育コーディネーターを担当

5

5 本校の取組

(1) 生徒の実態把握について

① 年度当初生徒理解

- ・職員会議や学年会議の時間を活用
- ・校内のサーバー内でファイル化(学期ごとに更新)
- ・中学校連絡協議会(前年度3月下旬)

6

5 本校の取組

(1) 生徒の実態把握について

② 担任による面談週間(4月・9月)

- ・担任と生徒の二者面談

7

5 本校の取組

(1) 生徒の実態把握について

③ 性格診断テスト(1年生)

- ・クレペリン検査
- ・判定結果はクラス運営や進路指導、次年度に向けての共通理解に活用
- ・生徒にフィードバックし、生徒自身の自己理解につなげる

8

5 本校の取組

(2) 特別支援教育に関する取組について

① 聴覚刺激に過敏性を有する生徒について

- ・教室の椅子にテニスボールを取り付け、騒音防止
- ・聴覚過敏の生徒だけでなくクラス全体において有効な策



9

5 本校の取組

(2) 特別支援教育に関する取組について

② 個別の教育支援計画を作成している生徒について

- ・中学校や巡回相談員と連携し、「個別の教育支援計画」を作成

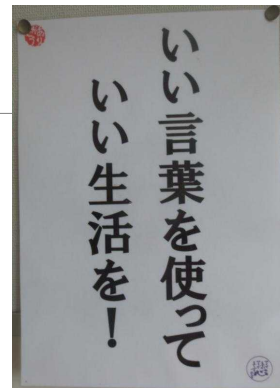
10

5 本校の取組

(3) 生徒会による取組

① ポジティブランゲージ

- ・廊下の壁面や教室の出入り口付近
- ・良い言葉を繰り返し見聞きすることによるモチベーションの維持やパフォーマンスの向上
- ・自分の気持ちを明るく保つ手段の一つとして活用



11

5 本校の取組

(3) 生徒会による取組

② がんばルームの設置

- ・職員室付近に机、椅子、ライトを設置し、自習や教師への質問などに活用



がんばルーム

12

5 本校の取組

(4) 人権教育課によるアンケート調査(令和7年度5月実施)

- ・「現在悩みがある」・・・1年生 34%
2年生 40%
3年生 39%
- ・悩みの内容・・・将来の進路、成績、友人関係
- ・悩みを相談する相手・・・保護者+友人 80%(全学年)

13

5 本校の取組

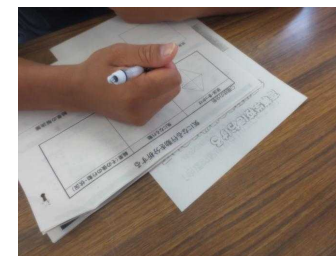
(5) 教育相談職員研修

- ・校内研修は年2回(7月、12月)

★令和6年度第1回

「発達障がいに関する理解と支援について」

講師:徳島県立総合教育センター特別支援・相談課班長



14

5 本校の取組

(5) 教育相談職員研修

- ・校内研修は年2回(7月、12月)

★令和6年度第2回

「本校におけるカウンセリングについて」

講師:本校カウンセラー(四国大学人間生活学科教授)



15

5 本校の取組

(5) 教育相談職員研修

- ・校内研修は年2回(7月、12月)

★令和7年度第1回

「思春期・青年期の精神保健」

講師:本校カウンセラー(心理士)



16

5 本校の取組

(6) SC(スクールカウンセラー)との連携

- ①SCによるカウンセリングについての広報活動について
SCだよりの発行
入学説明会での周知



17

5 本校の取組

(7) 外部機関との連携

- ・思春期相談(2か月に1回)

徳島県精神保健福祉センター

19

5 本校の取組

(6) SC(スクールカウンセラー)との連携

- ②カウンセリングを受けやすい環境づくり



勤務日は週1日、3時間
授業時間内・・・各学期に1回は「出席扱い」
放課後・・・プライバシーの保護について考慮

18

6 本校の教育相談的事例

(1) Aさんの事例を通して

- 入学時
 - ・別室受験を経て入学
 - ・マスクを人前で外せない
 - ・写真の被写体強く拒む
- 1・2年生
 - ・1年生から剣道部に励む・集合写真参加できた
- 3年生
 - ・不安感が再発し学校に足が進められない
 - 別室登校(オンライン授業)

→進むべき道模索中

20

6 本校の教育相談的事例

(2) Bさんの事例を通して

- ・先天的な疾病で車椅子で生活をしている
- ・ホームルーム教室を1階にする ・スロープをつける
→環境の整備
- ・個別の教育支援計画の作成
- ・修学旅行(北海道)や遠足(大阪関西万博)の参加
→共に楽しむ時間の共有、見聞を広げることができた
- ・進路実現に向けて 教育相談会の実施

21

個別の教育支援計画

The image displays four individualized education support plans (IEPs) for students with physical disabilities. Each form includes sections for student information, learning environment adjustments (e.g., wheelchair access, slope installation), and specific support measures for learning and social activities. The forms are titled '個別の教育支援計画 (1)', '(2)', '(3)', and '(4)', each with a unique student ID and name.

22

7 おわりに

困難があっても何度でも自分の力で立ち上がり
前に進んでいく力の育成を目指して



サポート体制の充実を図る



23

ご清聴ありがとうございました



いたぼん
(本校マスコットキャラクター)

24

学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて

徳島県立板野高等学校 梶井 知恵 稲垣 かおり 村口 友美

1 はじめに

新型コロナウイルスの世界的流行は、教育界を大きく変えたと言われている。当たり前に行われてきたことができないという戸惑いや歯がゆさの連続、マスクの着用やソーシャルディスタンス、そして、1日の中でも特に楽しみな昼食時においては、前を向き話をしないで食べるなどの感染防止対策を行いながら毎日を過ごすこととなり、今まで行っていた当たり前が奪われた中で学校生活はストレスの増加となった。コロナ禍での苦しい経験を踏まえた現在では、持続可能な新しい学校の姿を目指して、教員と生徒が模索や工夫をこらしながら動き出したところである。

一日の大半を過ごす場所である学校には、さまざまなタイプの生徒たちが共に生活をしている。中には学校生活においてストレスや不安感を抱えながら生活をしている者もいる。生徒たちが安心し、学校を自分の居場所として過ごすことができるように本校が日々取り組んでいる内容を発表する。

2 本校の概要

本校は、徳島県の北東部に位置している。学校付近には、四国八十八番札所のうち三寺ある。部活動の有志が集まり3番札所である金泉寺において参拝をされるお遍路さんにお接待を行ったり、毎日の登下校において利用している通学路の清掃を行ったりして、地域に根ざした学校を目指している。

令和6年度からは「板野町を高校生が盛り上げよう」という副テーマを掲げ山班・川班・寺班・道班の4つに分かれてフィールドワークを行い、豊かな自然や観光地、産業や地産地消についての探求活動も積極的に行っている。また、令和8年度には、創立120周年を迎える歴史と伝統がある学校である。

3 生徒の状況

板野郡内から通学をしている生徒が7割を超えている。日々の授業の後は、部活動に励む者をはじめ、塾やアルバイト、習い事など放課後の時間は、個々の状況に応じて両立をさせながら、忙しい毎日を送っている。

一方、小・中学校時代に不登校を経験している生徒や、特別支援学級に在籍し、個別の教育支援計画を立て、学校生活や教育面において支援を受けて本校に入学する生徒、こども園や児童相談所との連携を必要としている生徒など生徒の取り巻いている状況は多岐にわたっている。

また、保健室に来室する生徒の中には、心因性を主訴とする者や、身体的不調が主訴であってもその陰に心因性が含まれている場合も多い。保健室における相談内容については、クラスでの友人関係をはじめ、進路の悩みや学校生活全体の悩み、家庭の悩みなどこれも多岐にわたっている。

4 教育相談体制

教育相談関係の分掌は、環境厚生課の中に位置している。教育相談コーディネーターは養護教諭が担当しているが、各学年主任や担任と情報交換や情報共有を行いながら、また、各課と連携を図りながら、学校全体で行っている。

5 本校の取組

(1) 生徒の実態把握について

① 年度当初生徒理解

年度当初の職員会議や、学年会議の時間を活用し、生徒の情報共有を行っている。また、生徒情報については、校内のサーバー内でファイル化し、保健室より健康についての情報共有事項や日々の生活の中であった事など引き継ぎたいデータを入力している。学期ごとに更新するようにしており、生徒理解に役立っている。新1年生においては、3月下旬に総合教育センターで行われている中学校連絡協議会で得た情報をもとに共通理解を図っている。

② 担任による面談週間（4月・9月）

生徒一人一人が安心して学校生活を送るための基盤を築くことを目指し、1学期と2学期のはじめ1週間は、短縮授業で時間を捻出し、担任と生徒の2者面談を行っている。授業のこと、クラスのこと、部活のこと、友人のこと、アルバイトのことなど様々な話をすることにより、担任が生徒の思いを把握できることはもちろん、生徒自身の思考も整理されることができ、相互において有意義な時間となっている。

③ 1年生性格診断テスト

1年生を対象に性格診断テスト（クレペリン検査）を行っている。クラス全体の特徴や生徒一人ひとりの伸ばしたい個性、注意したい点など細やかに診断されている。判定結果はクラス運営や進路指導に活用したり、次年度に向けての共通理解にも活用している。また、生徒へのフィードバックもあり、生徒本人の自己理解にもつながっている。

(2) 特別支援教育に関する取組について

① 聴覚に過敏性を有する生徒について

本校に在籍する生徒の中に聴覚が過敏な生徒がいたため、教室の椅子にテニスボールを取り付け騒音防止を図った。椅子による騒音については、気にしていた生徒もおり、集中力が高まったり、教員の声が聞き取りやすくなりクラス全体において有効な策となった。

② 個別の教育支援計画を作成している生徒について

中学校時代に個別の支援計画を作成していた生徒について、保護者からの依頼を受け、中学校や巡回相談員と連携を図った上で、高校においても「個別の教育支援計画」を作成し、各教科において共通理解を図っている。

(3) 生徒会による取組

① 廊下の壁面やクラスの出入り口にポジティブランゲージをラミネートし、生徒が行き来する場所に貼付している。良い言葉を見て、良い言葉を聞いて、その言葉を繰り返すことでモチベーションの維持やパフォーマンスが向上することは脳科学的にも実証されており、自分の気持ちを明るく保つ手段の一つとして活用している。

② がんばルームの設置

職員室前の廊下の空きスペースに机と椅子、ライトを設置し、生徒たちが自習ができるような空間を設置した。職員室前ということもあり、放課後も教員と生徒が教科書や参考書を広げて学習している空間であったり、友人同士でおしゃべりをしている空間など様々な用途として活用されている。生徒たちの思いが詰まったこの空間は、「がんばルーム」と名付けられ、生徒たちの大切な場所となっている。

(4) 人権教育課によるアンケート調査

年度当初生徒理解のためアンケート調査を実施している。令和7年度に行った調査（抜粋）では、「現在悩みがある」と回答した生徒の割合は、1年生で34%、2年生で40%、3年生で39%となっている。悩みの内容として多いのは、全ての学年において、将来の進路、学校の成績、友人関係となっている。また、悩みを相談する相手として、どの学年も保護者と友人で80%を占めている。調査の結果を受けて、全職員で共通理解を図る機会を設け、人権教育ホームルームの実施や職員研修を行い、相互において尊重するコミュニケーションスタイルにつなげている。

(5) 教育相談職員研修(7月・12月)

校内職員研修を7月と12月の年2回行っている。本校の課題に応じた内容を精選し、知識やスキルの向上を図っている。

養護教諭が教育相談コーディネーター、特別支援教育コーディネーターを兼任していることもあり、令和6年7月は、徳島県立総合教育センター特別支援・相談課班長藤本洋美先生に来校いただき「発達障がいに関する理解と支援について」という題で講演いただいた。実際にディスレクシア（読字障がい）がある方の見え方を体験しながら発達障がいの種類や特性について学ぶことで障がいによる困難さを理解し、できることやできる方法に注目し支援を続けることの大切さを教えていただいた。

令和6年12月は、本校SCの上岡義典先生から「本校におけるカウンセリングについて」という題でご講演いただいた。本校のカウンセリングの実態を軸として上岡先生は四国大学生生活科学部人間生活学科の教授でもあるので、大学生の不登校の現状についてもお話していただき、不登校になりやすい生徒・学生の特徴や不登校の予防に向けて徳島県が取り組んでいる電話相談やLINE相談、アプリ登録による相談についても具体的に教えていただいた。

本年7月においては、今年度より本校のSCをお願いしている赤尾英子先生から「思春期・青年期の精神保健」という題でご講演いただいた。心理士の資格をお持ちである赤尾先生は、思春期・青年期における精神保健の特徴やその問題について架空事例を用いて生徒との関わり方や支援について説明いただき、メンタルヘルスの課題と支援についての理解が深まった。

(6) SCとの連携

① SCによるカウンセリングについての広報活動について

SCだよりを発行し、SCによるカウンセリングについての周知を行っている。入学説明会時においても周知はしているが、あらためてSCだよりを保護者に向けて発行することで、保護者からの相談依頼もあり、保護者の精神的負担の軽減につながっている。

② カウンセリングを受けやすい環境づくり

毎週1回3時間SCによるカウンセリングを行っている。相談日には、生徒はもちろん教職員

が生徒のことで相談を行うケースもあり、毎週埋まっている状況である。

授業中における生徒のカウンセリングについては、学期に1回ではあるが「出席扱い」とし、カウンセリングを受けやすい環境の整備を行っている。放課後にカウンセリングを行う場合は、廊下等で生徒が行き交う時間帯は避けるなどした、プライバシーの保護についても考慮している。

(7) 外部機関との連携

2か月に1回「思春期相談」として徳島県精神保健福祉センターに出向き、宮内和瑞子先生に生徒の個別相談を行っている。コーディネーターや担任、学年主任などその時に応じ、相談案件を抱えた職員の支えとなっている。

6 本校の教育相談的事例

(1) Aさんの事例を通して

現在3年生であるAは、別室受験を経て本校に入学してきた。中学時は不登校を経験しており、真面目でコツコツと努力できるが、周りの反応に敏感な場面もある。コロナ禍で入学をしたAは、人前でマスクを外せず、写真の被写体になることを強く拒んでいた。2年生では、マスクをした状態ではあるが、集合写真に参加できるようになった。また、高校入学時より剣道部に入部し、毎日練習にも励んでいる。ところが、3年生になり、教職員の異動やクラス替えをきっかけに不安感が再発し、学校に足が進められなくなった。

対策委員会を持ち、別室登校（教育相談室でのオンライン授業）を経て、教室へ戻れるように様々な試みを展開している。期末考査後のスポーツ大会は登校できたが、その後は登校できた日と欠席してしまった日とが交互で続いており、今現在は、進むべき道を模索している状況である。

(2) Bさんの事例を通して

先天的な疾病のため、車椅子で生活を行っているBは、個別の教育支援計画を作成し、各教科と共通理解を図りながら学校生活を送っている。本校は、エレベーターがなく設置についても学校の構造上難しかったため、ホームルーム教室を1階にする、車椅子用のスロープを設置する等環境の整備を行った。

個別の教育支援計画を作成するに当たっては、中学時代の担任、総合教育センター特別支援教育課の教育相談担当者、徳島県教育委員会特別支援教育課の担当者、みなと高等学園の巡回相談員など様々な方と連携を図り、Bの将来の社会参加を見据えた目標を意識した。

Bは学校生活においては入学時より、2名の支援員が交代で授業や移動時のサポートを行っている。Bは支援委員と共に放課後においては、当日の授業で使用したプリント類の整理や、翌日の授業の準備を行ったりしている。昨年度は、本人や保護者と何度も話し合いの場を持ち、検討を重ねた上で、北海道への修学旅行、本年度においても6月に遠足で大阪万博と、クラスや班の仲間と共に楽しむ時間を持つことが実現できた。

7月には、教育委員会特別支援教育課の担当者、総合教育センター特別支援相談課教育相談担当者と進路実現に向けて教育相談会を行った。

Bは、中学校までは、特別支援学級に在籍をしており、高等学校においても中学校での個別の教育支援計画を引き継いで切れ目のない支援体制の構築を図っている。教員や支援員の思いと保護者側の思いがすれ違う場面もあるが、対話を重ねながら、保護者の要望や課題解決のための方

策を検討する時間を持つよう努めている。

この2件はあくまでも日々の教育活動の中で行われている事例であり、学年主任、担任、教科担任など学校全体で小さなサインや声なき声を見逃さないよう時間をかけてサポートを行っている。

7 おわりに

様々な悩みや困り感を抱える生徒に対して、学校と家庭が相互に連携をすることは必要不可欠である。問題が起きてから対応する教育相談ではなく、大きな問題が起こらないための教育相談、同じような問題を繰り返さない教育相談の体制を様々な角度から多くの専門機関とつながりを持って、共に考える姿勢が重要であると考えている。生徒自身がこれからの生活において困難があっても何度でも自分で立ち上がり前に進んでいくことができる力を身につけることができるようサポート体制の充実を図りたい。

本校がある板野町は、徳島県魅力度町ランキングで4年連続1位を獲得している。生徒たちが安心して自分の夢や志に向かって努力できる環境、魅力ある学校づくりを教職員一丸となって今後も続けていきたい。

本校の教育相談の取組について

～ 自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして～

阿波西高校 養護教諭 日下瑞月

② 3コース制を備えた普通科高校

1年生
共通課程2クラス

2・3年生は3コース制。少人数制で日々、学習に取り組んでいる。

福祉コース



対人援助の知識や技術を学ぶ。

情報ビジネスコース



ビジネスに関する専門性を高める。

アカデミックコース



大学や専門学校の進学をめざす。

I はじめに

本校の概要



夏の学校周辺



冬の学校周辺

① 全日制課程 普通科 (令和6年度生徒数 135名 男子60名、女子75名)

③ 連携型中高一貫教育校

中高交流授業参観の様子(英語)



文化祭での交流の様子



本校は「**連携型中高一貫教育校**」として、地元連携中学校2校と**交流授業**や**学校行事**を通じて**相互交流**を行っている。入学者の約**7割**の生徒が地元連携の中学校から進学している。

生徒実態について

素直でまじめ。

勉強に励んでいる。

部活動やボランティア活動等、前向きに取り組む。

相手に気持ちを伝えることが苦手。トラブルに。

対人関係にストレスを感じ、身体症状に。

中学校から続く友人関係に悩む。

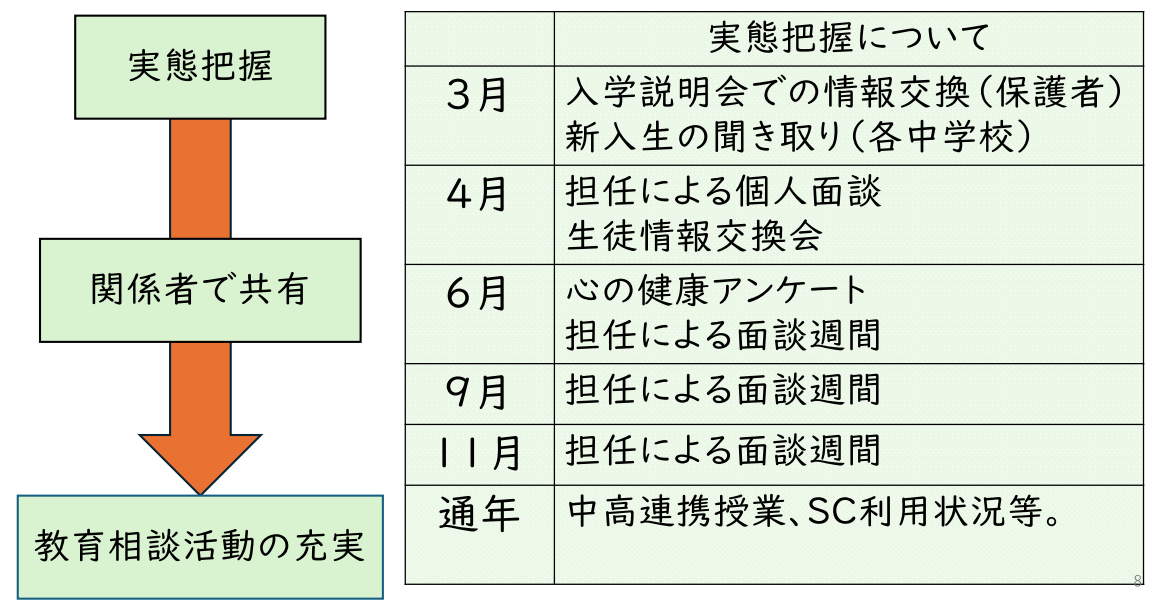
(Ⅱ 研究のねらい)

- ① 心の健康教育を充実させ、自己肯定感を高め、自他を大切にできる心や態度を育む。
- ② スクールカウンセラーや関係機関等と連携し、生徒、保護者、教職員等の悩みが解決に繋がるように組織的に支援する。



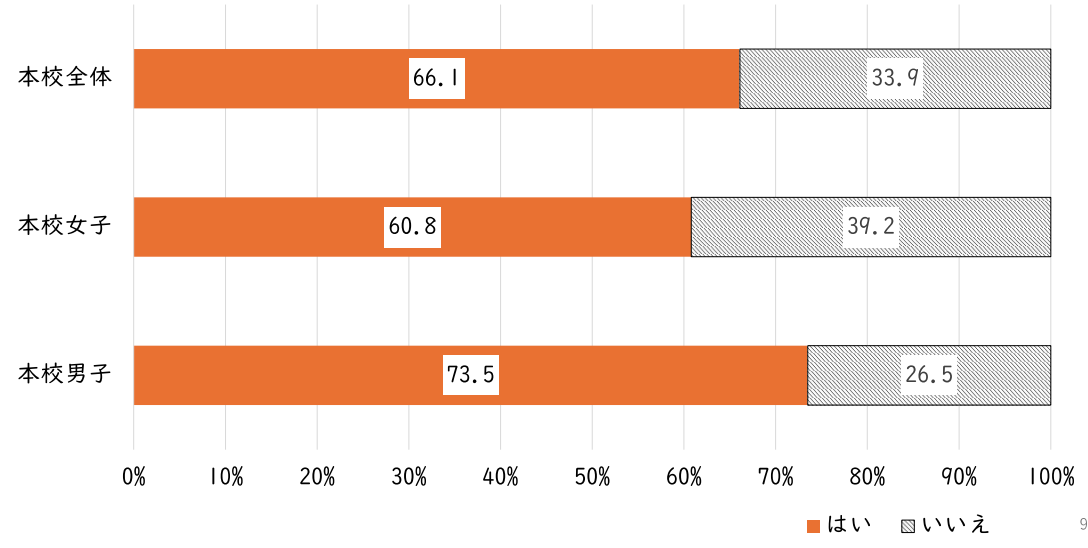
Ⅲ 研究の実践

Ⅰ 生徒の状況把握と情報共有

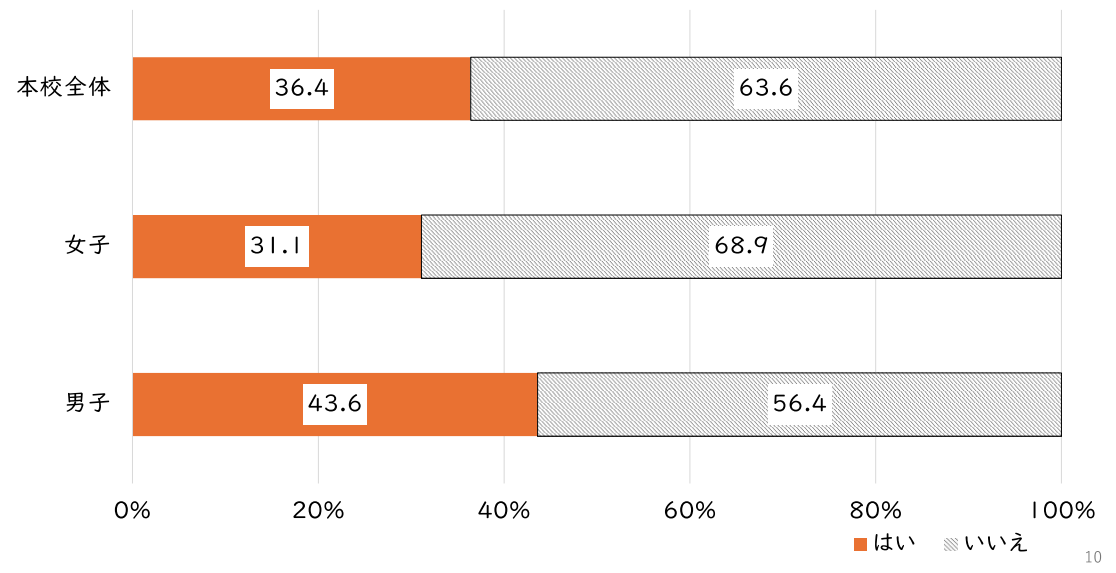


心の健康アンケートの実施 生徒135名(男子60名 女子75名)

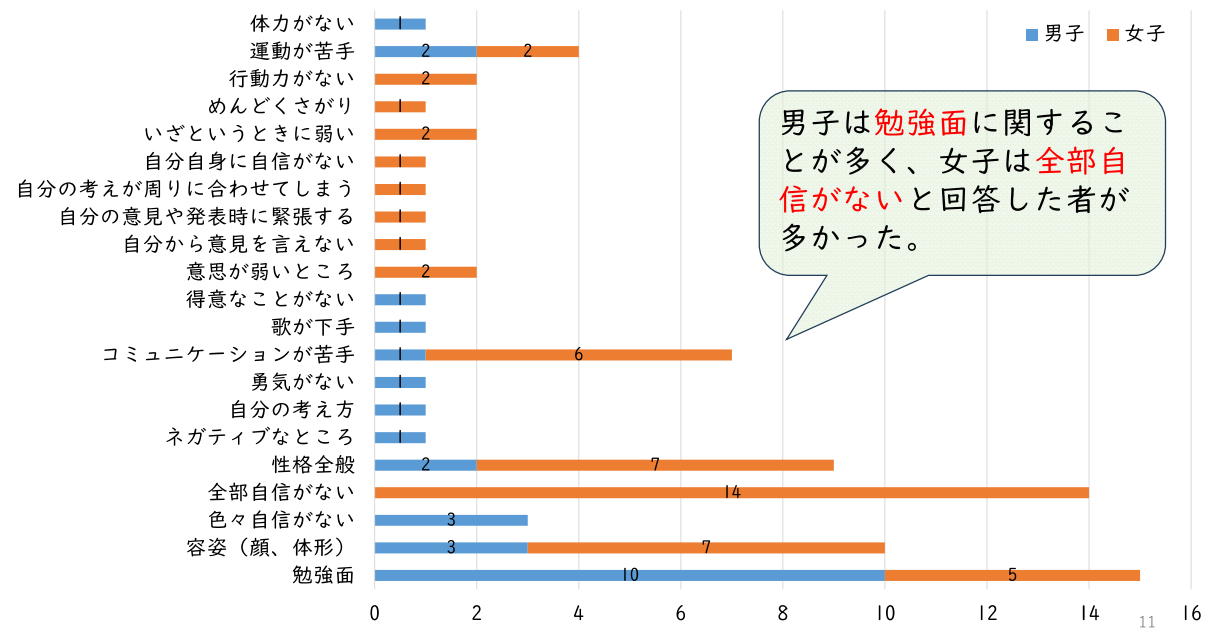
【質問①】:あなたは自分のことが好きですか?



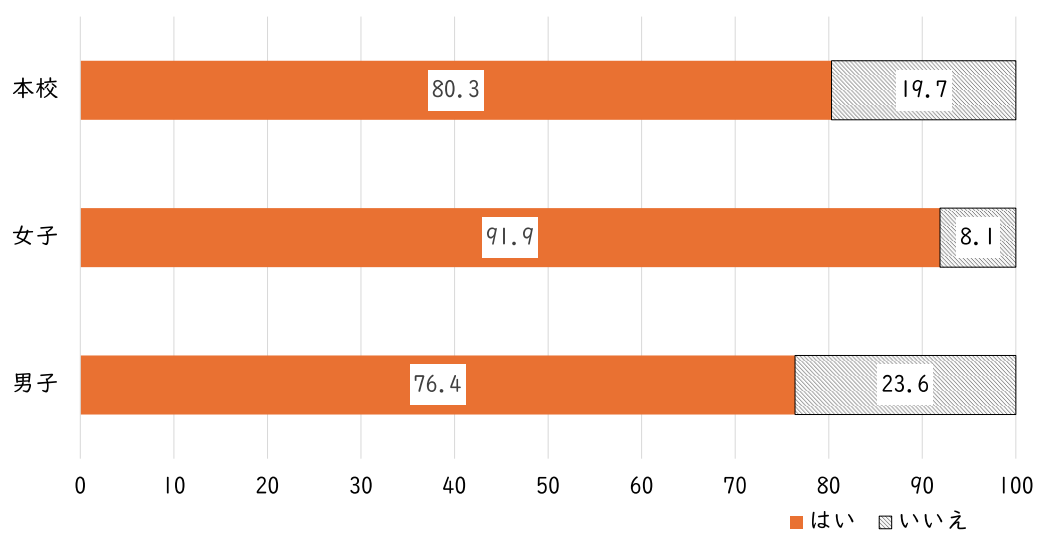
【質問②】:自分に自信はありますか?



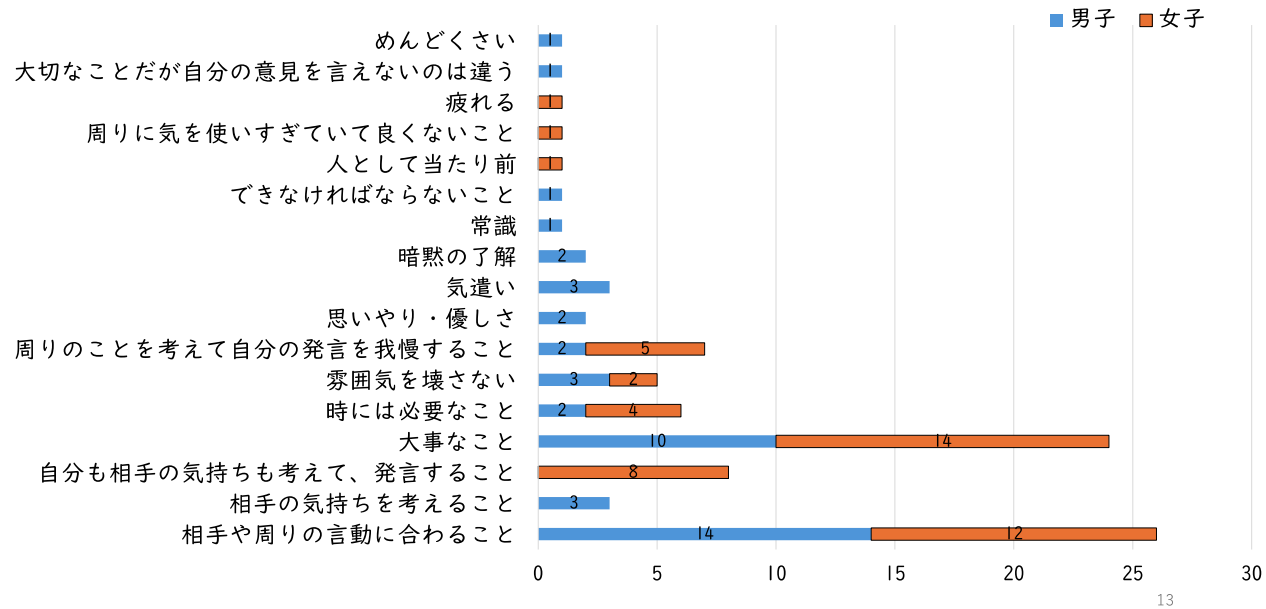
自信がないところ何ですか?



【質問③】:あなたは周りの空気を読んで言いたいことを我慢したことはありますか?



空気を読むことはどういうことだと思いますか？



13

アンケートからの気づき

① 短所ばかりに目を向け、必要以上に落ち込んだり、自分を責めたりせず、ありのままの自分を受け入れ、自分らしく生きていく力を養う必要がある。

② 空気を読み過ぎるのではなく、感情のまま言うのでもなく自分の考えや想いを適切に伝える、相手の意見も受けとめるといったコミュニケーション能力が必要である。

14

2 心の健康教育について

(1) 阿波市健康増進事業による自殺予防講演会(2年)

① 命の授業



胎児人形モデルの抱っこ体験の様子



妊婦体験の様子

15

(1) 阿波市健康増進事業の活用による自殺予防講演会 (3年)

② メンタルヘルスケア講演会 「SOSの出し方について」



電話相談でのロールプレイの様子

16

(2) 外部講師によるデートDV防止セミナー(1年)



ロールプレイの様子



講演会の様子 17

(3) 人権教育課と連携した校内体験学習(1年) 4月の様子



達成するために、協力や
意見交換をする必要がある活動



自分の感情を表現し、
伝える、傾聴する活動 18

③ マザーアースエデュケーション(1年生) 1月の様子



9か月間、学校生活の中で人や出来事と
どう関わってきたか振り返り・発表



再度、クラスの仲間と向き合う体験活動を行
い、よい人間関係を学ぶ

3 啓発活動について

(1) 文化祭での「心の健康展」について

① 吉野川保健所との連携



ストレスチェックと保健師による健康相談の様子

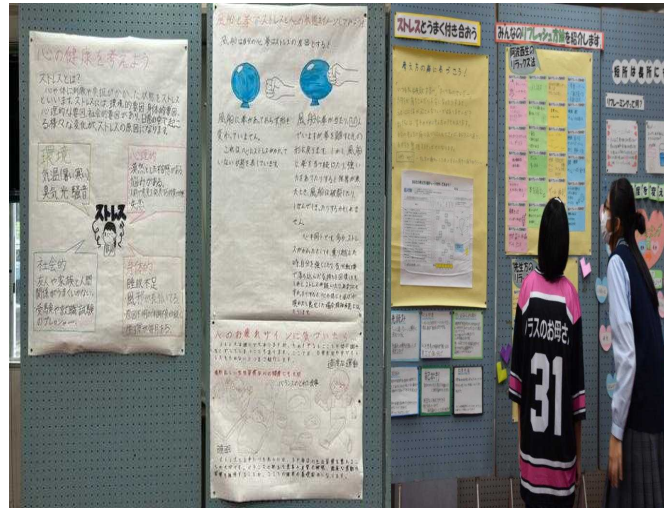


心の健康コーナー展示物 20

② 保健委員会活動での取り組み 掲示物の作成、展示



準備の様子



心の健康展の様子

21

(2) リフレーミングカルタ取り体験



保健委員へ事前指導の様子



22

文化祭当日の様子



リフレーミングカルタ取り体験の様子



23

③ 掲示物による啓発活動

月	内容
7月	リフレーミングについて
9月	アサーティブコミュニケーション
10月	ストレスについて
2月	アンガーマネジメント



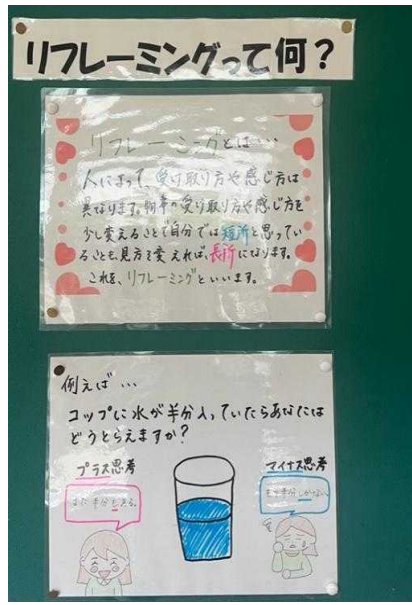
アンガーマネジメント(2月)

24

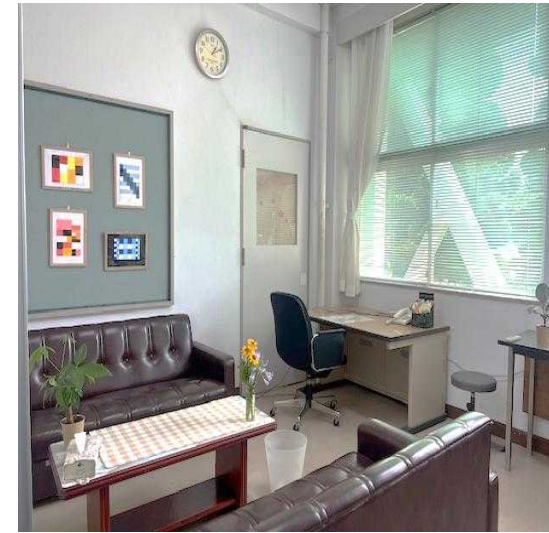
4 スクールカウンセラーとの連携 (1) スクールカウンセリングの実施について



リフレーミングについて(7月)



25



本校の教育相談室

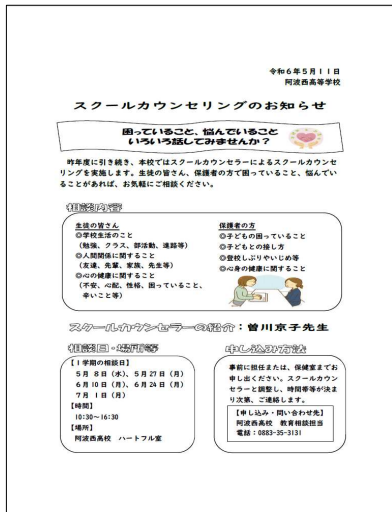


各種相談案内

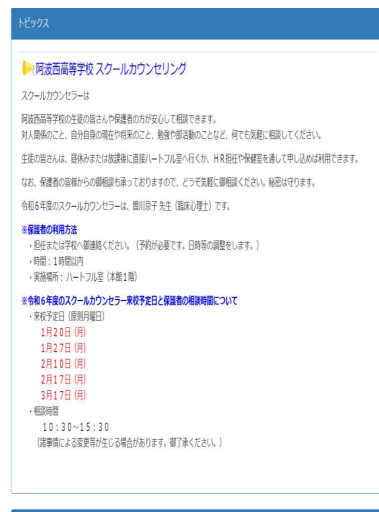
【運用方法】
 ① 休み時間と放課後の利用を原則
 ※教員が必要と判断した場合や緊急性に応じて授業中のカウンセリングを利用可能。
 ② 昼休みや放課後に相談に行く場合は教員へ申し出て、予約をしなくても利用可能

26

(2) スクールカウンセリングの周知の徹底



保護者へ配布、説明



ホームページにて案内



教育相談便り5月号

(3) 教育相談校内研修会について

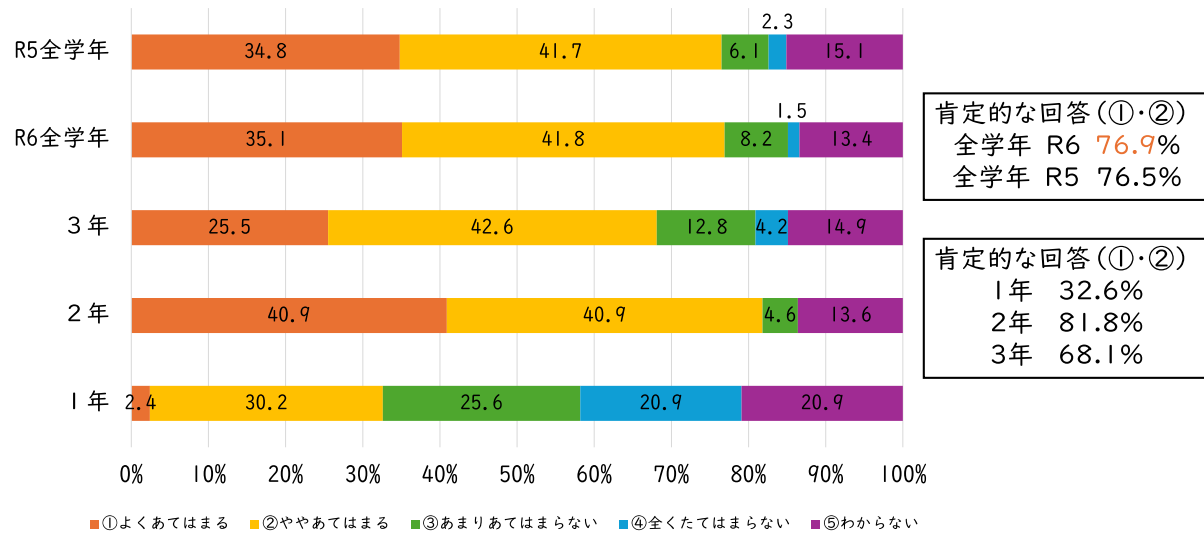


本校では、年1回スクールカウンセラーが講師として教育相談職員研修を実施している。
 演題：「自己肯定感を考える」

28

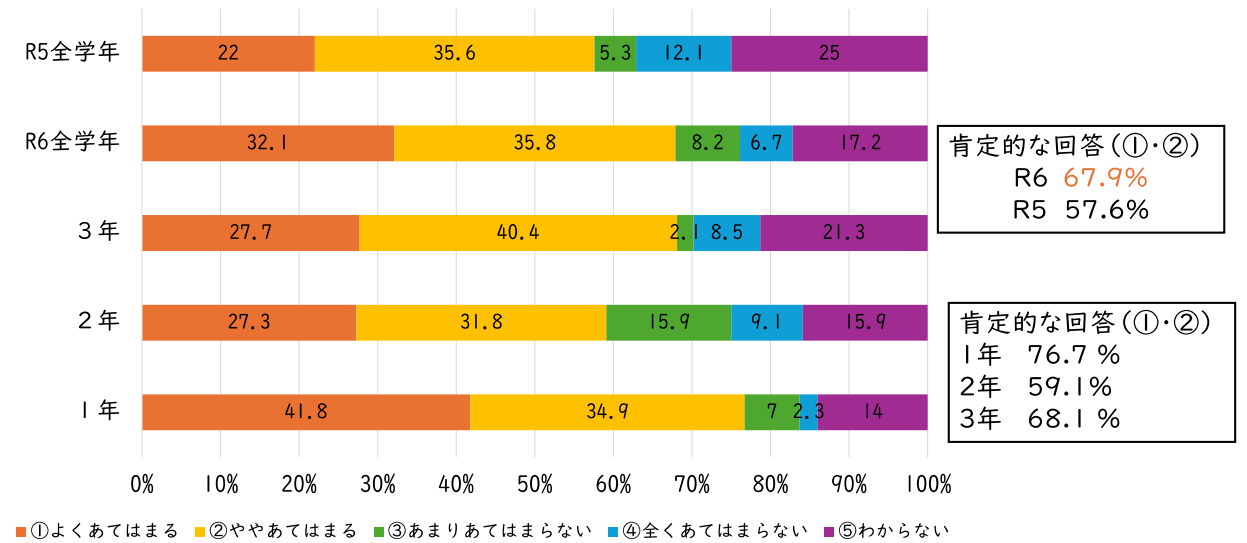
VI 成果と課題 学校評価アンケートより

「私は自分や他者を大切に思う心や態度が育っている」



29

「学校は悩みや相談を親身になって対応している」



30

V おわりに

スクールカウンセラーに繋いだり、相談に応じたり等、様々な方法で支援をしてきたが、対人関係をうまく築けず、悩んだり、ストレスを感じる者もあり、不登校や心の不調を有する生徒への支援の難しさを痛感した。

教育相談コーディネーターは教育相談活動の中核となり、教員や保護者、関係機関等に積極的に働きかけていくことが求められる。生徒の悩みや困り事を解決するためにどのような支援が必要かチームで検討し、関係機関や相談機関との調整を行ったり、有効な教育資源はないか、常にアンテナを高く持ち、悩みの解決に向け支援するとともに、教育相談活動のさらなる活性化につなげたい。

31

ご静聴ありがとうございました。

32

本校の教育相談について ～自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして～

徳島県立阿波西高等学校 養護教諭 日下 瑞月

I はじめに

本校は阿波市北部に位置し、北側は阿讃山脈、南側は吉野川に開けた田園地帯と豊かな自然に恵まれた阿波町に位置する創立67年の全日制普通科高校である。地域のニーズに対応した3コース制を導入しており、対人援助の知識や技術を学ぶ福祉コース、ビジネスに関する専門性を高める情報ビジネスコース、大学や専門学校の進学をめざすアカデミックコースの進路目標に応じて、少人数教育などの特徴を生かし、人とのつながりを大切にする心と地域を支えるために必要な力を育成している。

また、本校は「連携型中高一貫教育校」として、地元連携中学校2校と交流授業や学校行事を通じて相互交流を行っており、入学者の約7割の者が地元連携中学校から進学している。

令和6年度の生徒人数は135名（男子60名、女子75名）で、素直でまじめな生徒が多く、資格取得をめざし勉強や学校行事、部活動、ボランティア活動など前向きに取り組むことができている。2年生からは進路目標に応じて、コース別の少人数制学習となり、仲間と協力してグループ作業をすることも多いため、コミュニケーション力は重要であるが、相手に気持ちを上手に伝えることが苦手なトラブルになったり、対人関係にストレスを感じ、身体症状を訴えたりする者もいる。また、地元中学校からの入学者が多いため、中学校から続く友人関係に悩む者も少なくない。

このように生徒はそれぞれ悩み、課題を抱えながら学校生活を送っている。この状況を踏まえ、自他ともに大切にしたいコミュニケーション力や悩みを適切に対処する力を身につけ、自己の心身の状態と周囲との関係がバランスよく保たれた人になってほしいと考え、本取組を行った。

II 研究のねらい

- 1 心の健康教育を充実させ、自己肯定感を高め、自他ともに大切にできる心や態度を育む。
- 2 スクールカウンセラーや関係機関等と連携し、生徒、保護者、教職員等の悩みが解決に繋がるように組織的に支援する。

III 研究の実践

1 生徒の状況把握と情報共有

(1) 配慮等を有する生徒の情報共有

3月の入学説明会後に、保護者、管理職、教育相談コーディネーターで入学後の配慮事項について個別に協議を行った。状況把握後、学校生活で特別な配慮が必要と把握したケースの場合、4月の初旬までに職員研修会を開催し、生徒の入学に向けて、実技研修の実施や受け入れのための支援体制の整備を行った。また、生徒指導課による入学生生の聞き取りでは必要時、教育相談コーディネーターも同行し、入学前に校内支援体制の整備のために情報把握した。これらの情報を元に、職員全体で共通理解が必要な生徒に関して、4月中に生徒情報交換を行った。

(2) 担任による面談週間

本校では4、6、9、11月の年4回、担任による面談日を設けている。生徒の様子を把握する機会が多く設定されており、生徒の小さな異変を早期発見しやすく、深刻化する前に早期対応できることに繋がっている。担任が把握した情報は、学年会やケース会議等で話し合い、今後の対応について共通理解をしている。

(3) 中高連携交流授業の実態把握

本校は、連携中学校2校へ国語、数学、英語、体育の4教科について、中学校3年生のクラスに高校教員が、また、中学校教員も本校の国語、数学、英語の3教科について、T2として授業に入

っている。高校教員が中学3年生の授業へ入ることで入学前に生徒の授業態度や学力、支援が必要な生徒がいるかなど事前に実態把握することができている。

(4) 心のアンケートの実施

対象：生徒 135 名（男子 60 名 女子 75 名）

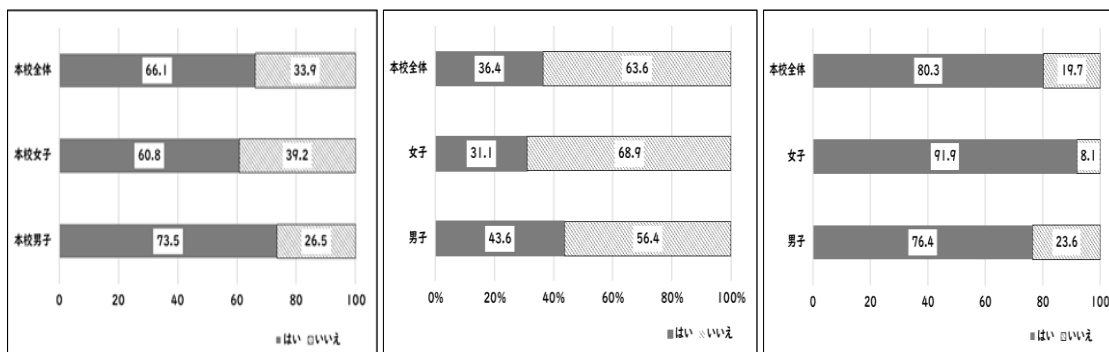
調査時期：令和6年6月

調査方法：Forms

本校全体では「自分のことが好き」と感じている者は66.1%と多い傾向であり、女子は男子より低く、男女差があった（図1）。

「自分に自信がない」と回答した者は男子56.4%、女子68.9%だった（図2）。男子では「勉強」、女子では、「全部自信ない」と回答した生徒が最も多く、次いで「性格」「容姿」等に自信がないと回答する者が多かった。高校生は青年期にあたり、「自分とは何者か？」と自己のアイデンティティを模索する時期であることから、理想の自分を追い求める一方で現実の自分との食い違いに不満を持ったり、他者からどう評価されているか気にしたり等が影響していることが考えられた。

「あなたは空気を読んで、言いたいことを我慢したことはありますか？」という質問に対しては、男子は76.4%。女子は91.9%であり、多くの者が自分の意見を言いたい場面があっても状況を読んで自己主張をためらった経験があった（図3）。また、空気を読むということを「相手や周りの言動に合わせること」、「大切なこと」等、周りの雰囲気や壊さない言動をすることはマナーと感じている意見が多数みられ、周りに合わせるべきと思う同調意識が強い傾向がみられた。一方で、「疲れる」、「めんどくさい」等、その場に適した発言や自分の考えとは異なる他者の意見に合わせることに嫌気がさしている者もあり、日常的に自分の意見を我慢したり、空気を読むことに過敏になりすぎている部分もあるのではないかと考えられた。



【図1】 自分のことは好きですか？

【図2】 自分に自信はありますか？

【図3】 空気を読んで、言いたいことを我慢したことはありますか？

2 心の健康教育に関する取り組み

(1) 阿波市健康推進事業による自殺予防講演会（2年、3年）

阿波市健康推進課と連携し、各専門家から自殺予防や命の大切にするに繋がる内容の講演会を年間2回実施した。

① 命の授業（2年）

令和6年7月に命の誕生に携わってきた助産師の川西節子先生を講師とし、命の授業を実施した。講演会では、精子と卵子が出会い、0.1mmの受精卵から命が始まることについて説明を受けたり、出産をする母の思いや命の誕生の神秘的な映像などを視聴したり等、命の誕生の尊さや親になる責任などについて理解を深めることができた。

また、妊婦疑似体験では靴下を履いたり、落とした物を拾おうとする動作を通じて、妊婦は動作が一つ一つ大変であるということを感じ、自分やパートナーを大切にするために日

常生活で協力し、相手を思いやる気持ちが大切ということも学んだ。生徒の感想として、「出産は、母親も命がけで出産し、生まれてくる赤ちゃんも命がけであると知り、一人ひとり尊い命だと感じた」、「お母さんが大変な思いをして生んでくれたから今、私が生きているということ大切にしたい」といった感想があり、自分の命について考えるよい機会となった。

② メンタルヘルスケア講演会（3年）

3年生は卒業後、4月から就職や進学等、新しい環境での不慣れな生活からストレスや悩みが尽きない状況が想定された。適度のストレスはモチベーションや成長に繋がるが、過度なストレスは心身の不調や精神疾患に罹患する可能性があることも考えられる。そこで、徳島県精神保健福祉センターから講師を招き、自宅研修前の12月に実施した。講演会では、心の病気はだれにでもなる可能性があるということ、ストレスコーピングの方法等を教えていただいた。また、心の不調に陥った時の相談先や受診先などを学んだ後、電話相談を利用した場合、相談員はどのようなアドバイスをしてくれるのかロールプレイで実演していただき、悩みや心の健康に対して適切に対処できるための心の健康管理について学ぶことができた。

(2) 外部講師によるデートDV予防セミナー（1年）

令和6年11月には、徳島県立男女共同参画総合支援センターの事業を活用し、デートDV防止セミナーを実施した。講演会では、デートDVは大人だけの問題ではなく、高校生でも起こる可能性があり、相手を力で支配しようとするのが関係していることを講義やロールプレイで学んだ。また、男女の付き合い方に限らず、自分らしく人と関わっていく上で、怒りを態度や行動で伝えるのではなく、自分を主語にしたIメッセージを活用し、気持ちや考えを伝えることで、相手に配慮しながら、要望や気持ちを効果的に伝えるコミュニケーションスキルを教えていただき、望ましい男女のあり方や人との関わり方について学ぶことができた。

(3) 人権教育課と連携した校内体験学習での活動（1年）

本校の校内体験学習は人権教育課が主催となり、20年以上前から続く、伝統行事である。校内体験学習ではマザーアースエデュケーションのスタッフを講師とし、入学して間もない4月に実施している。まだ打ち解けていないクラスメイトと互いに理解し、認め合える仲間になれることを目的に2日間にわたり、さまざまなワークショップを行った。

4月のワークショップでは班員で成功するためにどうしたらいいか意見を出し合い、力を合わせる必要がある課題に挑戦したり、自分の感情を表現し、伝える、傾聴するといった活動を楽しみながら学ぶことができた。

また1月には、4月に実施した校内体験活動から今日までの約9か月間の学校生活の中で、様々な出来事に自分はどのように関わってきたのかを振り返り、再び仲間と共に体験活動を行う中で、今後どのように自己表現し、他者と関わっていきたいか考えた。生徒の感想として、「今までは自分の発言が間違っていたらどうしようと思ったら意見を言えなかったけど、班員が声かけをしてくれたから意見や提案ができた」、「みんなとの喜びや達成感は一生涯忘れない」といった感想があり、クラスの仲間と協力して課題を乗り越えていく体験によって、仲間の良いところに気づき、協力して成し遂げることの大切さを学ぶことができた。

3 啓発活動

(1) 文化祭での「心の健康展」について

① 吉野川保健所との連携

学校祭では毎年、吉野川保健所と連携し、保健に関する展示ブースを設けている。令和6年度は従来の保健展と併設して、心の健康展を新たに設け、啓発活動を行った。体験コーナーではストレスチェックを実施した。保健師から、ストレスとはなにか、良いストレスと悪いストレスがあること、自分だけでは解決できない時は相談することの大切さについて説明があった。

ストレスチェック実施後、高ストレスの状態と判定された者に対して、本人にあったストレス対処法について一緒に考え、保健指導を受けている場面もあった。また、展示コーナーではデートDVに関するパネルや各種相談機関の案内パンフレットを設置し、手に取り、学ぶことができる情報提供の場になるようにした。

② 生徒保健委員会活動での取り組み

生徒保健委員は、「心の健康」テーマに、ストレスについて調べ、生徒や教員、スクールカウンセラーのストレス対処方法やリラックス方法を模造紙にまとめ、心の健康展にて展示した。展示物作成の際、進行状況が早い人は遅い人のフォローに回ったり、わからないことは2年生が1年生へ教えたりといった助け合いをする場面もあり、委員会活動という異年齢集団の中でのコミュニケーションの取り方や思いやりを持った行動の実践の場にもなっている。

また、文化祭では体験コーナーとして、「リフレーミングカルタ体験」を実施した。リフレーミングからたでは、困難な状況やネガティブな気持ちをポジティブな状況に捉え直す「リフレーミング」の方法を楽しく学び、前向きに力強く生きていくためのテクニックを身につけることを目的としている。リフレーミングカルタ体験コーナーを運営する前に、生徒保健委員へリフレーミングとはなにか、どのような効果があるか、当日の進行等、事前指導した後、保健委員も実際にリフレーミングカルタを体験した。文化祭当日では、生徒保健委員や参加した生徒からは「自分の短所もポジティブに考えられてよかった」といった声もあり、好評だった。

③ 掲示物による啓発活動

心の健康アンケートの項目に「心の健康について知りたいこと内容はあるか」質問したところ、ストレスと対処法やアンガーマネジメント、対人関係を円滑にする方法等について学びたいという回答が多かった。そこで、対人関係で悩んだり、進路のストレスを感じたり等、心の葛藤や不安が起きることが想定される時期に解決の糸口になるよう、生徒の目にとまりやすい保健室前掲示板に心の健康に関する掲示物を作成し、掲示した。

7月はリフレーミングに関する掲示物を有志の生徒で作成し、短所を長所にリフレーミングしたらどんな言葉になるか考え、生徒たちで意見交換しながらリフレーミングを学ぶことができた。有志の生徒たちは掲示物の作成をしたことでリフレーミング方法を学ぶとともに、他の人に見てもらうことで役に立ったという思いやりがいをを感じるなど自己有用感にも繋げることもできた。

月	内容
7月	リフレーミングについて
9月	アサーティブコミュニケーション
10月	ストレスに関すること
2月	アンガーマネジメント

4 スクールカウンセラーとの連携

(1) スクールカウンセリングの実施について

本校では、令和4年度から年間90時間、月2回程度スクールカウンセラーが来校している。利用方法は基本的には予約制で、担任を通して申し込みを受け、教育相談コーディネーターが予約時間の調整をしており、予約枠に空きがあれば、予約なしで生徒が直接、スクールカウンセラーに相談に行くことも可能としている。直接スクールカウンセラーに相談に行く場合は先約者と鉢合わせないように、プライバシーの配慮にも努めている。利用可能時間は、昼休憩時間と放課後としているが、緊急時に応じて必要と判断した場合、授業中のカウンセリングも利用可能としており、その場合には「出席扱い」としている。

また、本校の教育相談室の入り口には学校外の相談窓口に関する案内資料を設置し、情報提供の場になるようにしたり、季節の花や生徒が書いた絵を飾ったり等、相談者が落ち着いて、

相談しやすいように教育相談室の環境面にも工夫をした。

学校内で心の専門家に相談できる場所があることは、心理的な知識や経験に基づき、悩みの解決に向けて助言や支援を受けることができるとともに、教員や保護者も対応や支援方法について相談でき、精神的負担の軽減にも繋がっている。今後も、教育相談コーディネーターとして、生徒、教員、保護者とスクールカウンセラーとの直接的な連携ができるように促していく。

(2) スクールカウンセリングの周知の徹底

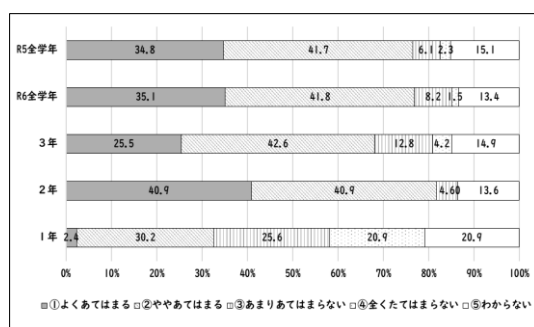
生徒に対して、スクールカウンセリングの案内を5月の教育相談だよりにて周知した。教育相談だよりにはスクールカウンセラーの自己紹介文を掲載し、スクールカウンセラーを知ってもらうことでスクールカウンセリングの利用のきっかけに繋がるよう工夫した。

また、保護者の相談件数が低かったことから、保護者もスクールカウンセリングの利用できることを知らない方も多と考えられた。そこで、保護者に対しては入学式やPTA 総会時、ホームページなど様々な機会を通じて来校日や予約方法、相談できる内容等、周知を徹底した。令和6年度スクールカウンセリングの利用者は令和5年度よりも増加し、保護者の利用も少しずつ増えており、悩みの早期発見、早期対応に繋がっている。

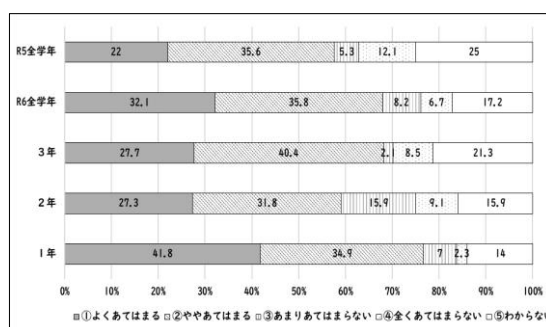
(3) 教育相談職員研修会について

年に1回、教職員を対象として生徒理解や教員のカウンセリングマインドを向上させることを目的とした教職員研修を実施している。講師はスクールカウンセラーが行い、教育相談に関することと特別支援教育に関することを隔年で実施している。令和6年度は教育相談に関する内容として、スクールカウンセラーより「自己肯定感を考える」をテーマとしてご講義いただいた。スクールカウンセラーより、本校の生徒は今、悩んでいたり、他者と自分を比較して自信を無くしているかもしれないが、人や社会との関係や繋がりを持ち、未来への可能性や希望を感じる視点を大事に支援することは自己肯定感を高めるために重要という助言をいただいた。今後は教職員研修会だけではなく、生徒や保護者に対してもスクールカウンセラーの専門性を生かした講演会を実施し、心の健康教育の充実に努めていきたい。

IV 成果と課題



【図4】自分や他者を大切に思う心や態度が育っている



【図5】学校は生徒の悩みや相談を親身になって対応している

135名の全校生徒を対象に令和6年度学校評価アンケートを実施した。「私は自分や他者を大切に思う気持ちや態度が育っている」の項目については「よくあてはまる」「ややあてはまる」の肯定的な回答は76.9%であり、令和5年度よりもわずかではあるが0.4%増加した(図4)。今回の実践では、講演会や掲示物による啓発活動等、人間関係を築く上で大切な知識を伝えることはできたが、仲間と協力したり、グループ活動をする場面が委員会活動や特定の学年等に限定されており、協同的な学びの機会が取組全体として十分ではなかったことが昨年度と比較しても大きく変化がなかった要因の一つと考えられる。また、さまざまな取組を通じて学習してきたはずだが、生徒の中には、相手が傷つくような態度や誤解を招くような言い方をする者も一部見受けられる。自他を尊重するために自分の価値

価値観と他者の価値観との相違点や共通点を見つけ、互いに認め合うということを協同的な活動を通じて学べる機会を増やしていきたい。1年生は肯定的な回答をした者が他学年と比較して低かった。校内体験学習でのワークショップを行い、クラスの雰囲気は良くなったり、入学当初よりもよりよい人間関係づくりに繋がったと感じているが、1年生にとってこれまで学んだことが自分や他者を思う心や態度に繋がっているという気付きには結びつかなかった者が多いと考えられた。高校3年間を通じて、自分や他者を大切に思う心や態度が身についた、成長したと実感できるように、心の健康教育をさまざまな方面からアプローチしていく。

「学校は生徒の悩みや相談を親身になって対応している」については肯定的な回答は67.9%であり、令和5年度より10.3%増加している(図5)。これは、教育相談活動を通じて生徒の悩みや困りごとを早期発見し、関係機関と連携しながらの支援したことやスクールスクールカウンセリングの利用の促進に向けてさまざまな機会を通じて周知徹底したこと、悩みの対処法や相談先について学ぶ講演会の開催など、悩みを一人で抱えず、適切に対処できるように取り組みを実践してきたことが成果につながったと考えられる。また、令和6年度のスクールカウンセリング利用者は43名で利用者が13名増加しており、スクールカウンセリングの需要は高まっている一方で、希望者の多くは教員に勧められ、相談に来ている生徒が多く、主体的に解決に向け、相談をすることが難しい状況もある。今後は生徒が自ら相談に行ってみようと思う環境づくりとして、新入生全員にミニカウンセリングを行い、スクールカウンセラーとの信頼関係を築き、相談してみようという悩みの解決に向け、主体的に行動がとれるようにさらなる教育相談活動の充実に努めていきたい。

V おわりに

今回の研究では、悩みを解決に繋がるように組織的に支援するとともに、自他ともに大切にできる心や態度を育む心の健康教育の充実に向け取り組んできた。先行き不透明な時代を生き抜く力として、社会に出ても人とコミュニケーションを取り、関わりながら生きていくことが必要になってくるが、生徒の中には対人関係がうまく築けず、ストレスを抱えている者は一定数いる。その度スクールカウンセラーに繋いだり、相談に応じたり等、より良い学校生活や本人の成長に向けてさまざまな方法で支援してきたが、生徒本人が抱えている悩みや不安感が解決し、学校生活に適應することは安易なことではないと感じ、不登校や心の不調を有する者へ支援の難しさを痛感した。教育相談コーディネーターは教育相談活動の中核となり、教員や保護者、関係機関等に積極的に働きかけていくことが求められる。そのためには、生徒の悩みや困り事を解決するためにどのような支援が必要かチームで検討し、関係機関や相談機関との調整を行ったり、有効な教育資源はないか、常にアンテナを高く持ち、悩みの解決に向け支援するとともに、教育相談活動のさらなる活性化につなげたい。

【参考文献】

- 1) 金剛出版『心の健康教育ハンドブッカー-こころもからだも健康な生活を送るために-』
- 2) 国立教育政策研究所『生徒指導リーフ leaf18』
- 3) 徳島県チャンネル『心のセルフケア動画①「ストレスとその解消法」(中学校・高等学校 校用)』、
<https://www.youtube.com/watch?v=NT7XmmXoZfw>
- 4) 徳島県チャンネル『心のセルフケア動画③「アンガーマネジメントについて」(中学校・高等学校 校用)』、
<https://www.youtube.com/watch?v=A3DJrMDrAB4>
- 5) こども家庭庁『我が国と諸外国のこどもと若者の意識に関する調査 (令和5年度)』
『https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/d0d674d3-bf0a-4552-847c-e9af2c596d4e/3b48b9f7/20240620_policies_kodomo-research_02.pdf』
- 6) 『自己肯定感アンケート報告書』子どもの権利フォーラム・マタニティフェスティバル実行委員会・自己肯定感アンケート編集委員会

研究協議〈質疑応答〉記録

○研究発表1「学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて」

【板野高等学校 村口先生】私は4年前に板野高校に赴任し、最初の2年間は養護教諭として、保健室から生徒の心身の健康について支援をしてきました。2年前からご退職をされた先生の後を引き継いで、教育相談コーディネーターと特別支援教育コーディネーターを兼任させていただいています。コーディネーターをさせていただく中で感じていることは、気づいてつないでサポートするということです。毎日の教育活動の中で、担任の先生や学年主任の先生と連携を密にしながら生徒の困り感や不安感に気づいて把握をし、担任の先生や学年主任の先生、学校にいる様々な先生と専門性を生かしながらチームとして生徒と関わってつなぐことが大切であると思いました。医療や福祉センターなど地域の関係機関の方にもつなぐことで、より多面的な視点から様々な支援の方法について考えることができ、生徒へのよりよい支援につなぐことができているのではないかと思います。先ほども申しましたが、私は養護教諭です。午後から、同じここ四国大学で養護教諭としての生徒への健康支援について、この後発表させていただく予定ですが、統一研の発表、午前が教育相談、午後からが養護教諭の発表を行うにあたって、振り返ってみて改めて感じたことは、養護教諭は生徒の心身の状態や変化に気づき、担任の先生や学年主任、学校の中のチームにつないで、そして時には学校医の先生や学校歯科医、薬剤師など学校三師、保健所などと連携して、課題解決のためによりよい支援方法を考え対応しています。コーディネーターの仕事としても同じで、やはり生徒が心身ともに健康で前向きに進むためにできることのキーワードは、気づいてつないで対応するというのではないかと思います。今回の発表は、学校が日々行っていることをまとめたものです。これからも生徒達が学校を自分の居場所として過ごすことができるよう、地道に一步ずつ支援を積み重ねていきたいと思いました。

【質問1】クレペリン検査の実施について、①保護者の同意を得ているか②学校導入の費用はいくらぐらいか③拒否する生徒はいないか

【回答1】①3月下旬に行った入学説明会において、クレペリンの検査を行うと伝えている。②クレペリン検査の費用は650円少々くらい。③1年生で実施しているが、拒否をする生徒はおらず、期日が決まっていて、そのときに欠席をしている生徒もいるため2、3回行っている。すべて欠席をしている生徒は実施していない。

【質問2】合理的配慮や学年での共通理解（実態把握）が必要な生徒は何割くらいいるか

【回答2】合理的配慮や学年で共通理解の必要な生徒は、何割とはすぐに回答できないがクラスに数名いる。

【質問3】クレペリン検査の結果をどのように生徒にフィードバックしているか

【回答3】業者の方から生徒用と担任用、学年主任用に分けてプリントアウトしたものをこちらに送ってくれるので、生徒用のものは生徒にフィードバックするようにしている。

【質問4】Bさんの事例で、支援員とはどのような立場の方ですか

【回答4】学年主任の方から回答させていただく。

(板野高校：3年学年主任)

Bさんの支援員のお二人ですが、教諭、実習助手という立場の方ではありません。Bさんの入学が決まった後、委員会に相談した上で、教育支援員を募集しました。面接をした上で採用になったが、今のお二人はすぐに決まったわけではなく、かなり保護者の方に待っていただき、4月入学だが決定したのが6月頃だったと思う。当初は放課後の学習指導等も含めて募集したが、応募が無かったので、学習支援の分を省き、生活の支援（本校はエレベーター等なく、特に階段が複雑な形をしており、幅も狭く、その階段を利用した教室移動、すべての授業が自分の教室でできないので、他の階での授業のときの移動の支援や服の着替え、昼食時の食堂での購入の補助）などを行っている。

【質問5】Bさんの事例について、教室は1階のままか

【回答5】本校の階段が複雑なため1階のまま、3年間同じクラスを使用している。書道を選択していたので3階まで支援員とともに移動していたが、HRは1階の同じ教室のままにしている。

【質問6】徳島県精神保健福祉センターへの相談内容について

【回答6】不登校の生徒に対し、どのように学校に来ることができるよう支援したらよいかという相談や、生徒の中で学校に来ることに不安感をおぼえている生徒がいたので、学校に来ることへの支援について相談している。問題改善につながっているとは思いますが、今もなお継続している状況である。

○研究発表2「本校の教育相談の取組について～自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして～」

【補足説明 阿波西高等学校 日下先生】

まず、今回の補足説明をさせていただきます。今回のテーマは大きく2つあって、悩みや困ったことへの早期発見・早期対応を組織的に支援すること、もう1点はより豊かな人間関係を築くための心の健康教育について取り組んできたことです。その中でも特に力を入れて指導してきたのは、心の健康教育です。私は養護教諭として、色々な生徒と関わる中で、「この子、もうちょっと言い方を変えたらうまくいくのになあ」と。そういう場面に出くわす機会がとても多かったので、本校では、心の健康教育がとても大切ではないかと思いました。ハイリスクな生徒を対象にというより、全ての生徒の心の成長の底上げにつながればいいなと思い、文化祭やあらゆる教

育活動の中で、全体をターゲットに行ってきました。その中で、私1人では充実にはつながらないので、色々な専門家や外部講師を活用したことが、生徒にとって深い学びにつながったのではないかと感じています。

令和7年度の研究としては、令和6年度の取り組みも踏まえ、また、生徒の状況も変わりつつあるので、今年は心理的リスクの高い生徒に対して、いじめ不登校対策課の事業を活用したり、そのときに専門家を招いたケース会議を行ったり、また、不登校生徒も今年度は増えているので、そのような生徒の支援体制や方針について校内支援委員会で模索していくなど、チーム学校として、今年度は問題解決的にアプローチを行っている状況となっています。

【質問1】 外部講師によるデートDV防止セミナーの外部講師はどのような方で、どのように依頼したのか。

【回答1】 毎年4月頃、徳島県こども未来部 男女参画・青少年課分室 徳島県男女参画総合支援センターから募集があるので申込みをしており、毎回、2名の講師に来ていただいている。生徒がロールプレイを3題実施し、みんなで考えていくような講演会でした。発表でもお伝えしたが、IメッセージとYOUメッセージの使い方についても説明していただいた。Iメッセージは「私は、こう思うよ」という伝え方で、相手に意見を言う。この意見の伝え方の方が攻撃的でない。もしYOUメッセージだったら「あなたのせいで、私はこう思った」のようになってしまうので、「メッセージを使ってコミュニケーションしてみましよう」ということを教えていただいた。それは、デートDVに限らず、人間関係を築く上で大事なスキルだと思った。この講演会はとても好評だったので、本校では毎年実施している。

【質問2】 生徒情報交換会で挙げる生徒の割合はどのくらいか

【回答2】 生徒情報交換会では、担任の先生や養護教諭、聞き取りを行った生徒指導の先生、同行した教育相談コーディネーターから、生徒の気になる点（精神的に不安定な者や中学校の時に不登校だった者、発達障害など特別な配慮が必要な者、その他健康状態等）を挙げていくので、全体として3割程度かと感じている。共通理解をするようにしている。

【質問3】 リフレーミングカルタ取り体験をどのように実施されたか。準備物やルールを教えてください。

【回答3】 見本を持ってきた。このようなカードゲームで、茶色のカードが読み札となっている。例えば、読み手がカードに書かれている言葉「ひとまかせ」と読むと、それをリフレーミングし、考え方をどうポジティブに変えることができるかというルール。「ひとまかせ」の言い方をポジティブに変えてみると、「甘え上手」と変えることができるので、甘え上手の札を取る。他にも「自分勝手」という札の場合は、リフレーミングしてポジティブに捉えると、「マイペース」という長所に変換できる。準備物としてはカードとルールを書いた看板を準備した。その中でも、1番大事な準備は事前指導だった。文化祭の前に保健委員を集めて、事前指導をしたことについて、詳しくお伝えする。保健委員にリフレーミングとは何かということの説明した後、このゲームをやってみた。保健委員の生徒は概ね、短所を長所に変えるというルールを理解できた生徒が

ほとんどだったが、カードによっては書かれている言葉自体がとても難しく、普段生徒が使い慣れていない言葉を理解するのが難しかったようだ。学力が低い、経験が浅い、そのような生徒はカードゲームについていけないという事態が発生した。事前指導の時に保健委員に目的やルールを説明して、その後にやってみることで、生徒がどの程度言葉を分かっているのか、どの程度ついていけるのかをスクリーニングし、分からないカードはのけておくという準備が1番大事だった。また、当日のカルタ参加者について、保健委員は事前に練習しているので、スムーズにできたが、当日の参加者は短所を長所に変えるのがスムーズでない場合があった。そのような時は「今聞いた短所をポジティブに捉えてみると、どの札が当てはまると思う？」という声かけを養護教諭や保健委員が行い、ヒントを与えて支援した。すると、来場者の生徒も一言あるだけで、スムーズにできたかなと思う。できるだけ自分で考えて参加してもらいたいため、そのような言葉かけをした。

【指導助言 徳島県教育委員会 いじめ・不登校対策課 不登校支援担当 指導主事 川平 伸也氏】

まず、板野支援学校の村口先生、発表、大変お疲れ様でした。「学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて」というテーマでご発表いただきました。生徒たちが安心し、学校を自分の居場所として過ごすことができるように、教育相談体制を学校全体で取り組まれている様子がよく分かりました。

特に、生徒の実態把握に力を注いでおり、1年生を対象とした性格診断テストのクレペリン検査を実施し、自己理解に努めていること、高校においても継続して「個別の教育指導計画」を作成し、その生徒に応じた支援を行っておられると感じました。

昨年、私も板野高校にいじめ防止一斉学習の際にお邪魔しました。そのときに、教室でテニスボールを取り付けた椅子を見かけました。その背景に聴覚過敏の生徒への配慮がなされていたことが分かりました。椅子による音は教室の日常にある音ですが、それを気にしてしまう生徒がいるため、その支援を行うこと、生徒を理解し生徒に寄り添うという教育相談における大切なことを実践されていると感じました。

また、生徒会におけるポジティブランゲージを校内に掲示している取組について、沖縄の言い伝えに「汚いことを言えば汚い人になる。きれいな世の中を願えばきれいな人になる」という言葉を思い出しました。良い行動を心がけようという気持ちになり、良い取組だと思います。

次に、阿波西高校の日下先生、発表お疲れ様でした。「自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして」というテーマでご発表いただきました。阿波西高校さんも生徒の状況把握と情報共有を丁寧に行われています。特に担任による面談を多くされており、生徒を見守り、異変を逃さない、早期に対応する、学年会やケース会議でチームとして対応することがしっかりとできています。少人数制というところも有効に活用していると感じました。

また、「心の健康教育」にも力を入れており、自他ともに大切にしたいコミュニケーション力や命を大切にすることを育てられています。特に「リフレーミングかるた」で、前向きに生きていくためのテクニックを身につけさせていくことも素晴らしい取組だと思います。ネガティブな感情や状況を好転させる気持ちの持ち方ができれば、悩みを自ら解決に向かわせる力にもなります。今後も継続して生徒たちの生きる力を育てていってください。

そして、両校の発表にもありました、教育相談体制の充実において「スクールカウンセラー」の活用は大きなものであると思います。高等学校においてもスクールカウンセラーの配置や派遣を行っています。相談時間が少ない、相談日を増やして欲しいという要望もあると思いますが、県教育委員会としても課題と感じています。また、教育相談コーディネーターの先生方には相談の調整等にも御尽力いただいております。生徒の心のケアやストレスの対処法について心理の専門家が関わり、チーム学校の一員として組織的に対応する意味においても、スクールカウンセラーの活用をお願いします。発表にもありましたが、カウンセラーの周知や相談窓口の案内についても工夫いただいております。困っている人にとっては、それが救いになると思いますので、相談窓口の案内を見やすいところに置いておくのは非常に素晴らしいと思います。

また、当課の事業において、スクールソーシャルワーカー活用事業があります。24市町村教育委員会、県立中央高校に配置しています。福祉の専門家が家庭環境等にアプローチしていくことは大切だと考えております。高校については、継続的な支援は難しいですが、ケース会議等で、社会福祉士や精神保健福祉士等の専門家を派遣して、指導・助言を行うことができます。県立学校へのスクールソーシャルワーカーの配置も検討していかなければならないと感じています。その他、弁護士を派遣して法的なアドバイス等を行うスクールロイヤー活用事業や専門家チームを派遣してケース会議を行う学校問題解決支援事業もあります。是非、相談していただければと思います。また、今年度、SOSを見逃さない匿名相談アプリ活用事業ということで、アプリを通じて相談窓口を提供する事業を進めています。生徒はスマートフォンを使用しておりますので、相談しやすさはあるかと思えます。実際、困っているという相談があり、未然に対応できたという事例もあるので、アプリ活用についても周知していただきたいと思えます。

最後に、生徒指導提要に学校に関係する人々に求められる姿勢として、①1人で抱え込まない②どんなことでも問題を全体に投げかける③管理職を中心にミドルリーダーが機能するネットワークをつくる④同僚間での継続的な振り返りを大切にする、とあります。教育相談の中核として、ご活躍されている皆様におかれましては、1人で背負うことなく、スクールカウンセラーや教職員間での連携を図りながら、ご自身のメンタルヘルスを大切に、生徒の支援をお願いしたいと思えます。

【指導助言 総合教育センター特別支援・相談課 課長 大久保 秀昭氏】

村口先生、日下先生、発表お疲れさまでした。両校とも学校での取組がよく分かる良い発表でした。各校の発表をお聞きして、感じたことをお話しさせていただきます。

まず板野高校ですが、生徒の実態把握がとても系統的にできていると感じました。生徒の実態を校内のサーバーにファイル化していると、忙しくても、「ちょっと見てみようかな」「今時間があるから見えるかな」と、見たいときにさっと見ることができるので、とても良い取組だと思います。また、半年に一回更新することで、最新の状態がすぐに分かります。

クレペリン検査（性格診断）を実施し、子ども達にフィードバックしているということも、非常に良いことだと思います。自分の強みや弱み等、高校段階の子どもたちでも分からないことがたくさんあるので、データを基にして、自分自身を振り返ることができることは非常に良いことだと思います。そして、「そうなんだ」と子ども達が思うだけで終わらないよう、それを基に子

どもたちが社会に出て、大人になっていくときに、自分自身について「そういう力があるんだな」「ここが弱いから何ができるかな」「もっとこうなりたいな」と感じ、その後の活用までつながっていくことができれば、さらに良いものになっていくと思いました。また、学年団でアンケート等を実施し、現在悩みがあると回答があったデータに基づいて研修をされていることはすごくいいことなので、続けていただきたいと思えます。

生徒指導提要の中に、教職員に求められる資質能力として、教育相談を担う教職員には、教育だけではなく、医療・福祉・心理・発達の知識が必要だと書かれています。板野高校では、昨年度は特別支援の研修とカウンセリングの研修をし、しっかりとねらいをもって取り組まれています。いろいろな知識を先生方が持つということは、子どもたちの変化に気づくことにもつながっていきます。今後も様々な分野の知識、まず入り口として表面的な知識でも大丈夫です。幅広く知ってもらうことは、とてもいい取組なので、続けていただきたいと思えます。

板野高校は2つの事例についての発表がありました。Aさんは、現在少し来れたり来れなかったりというのが続いているという話でしたが、しっかり学校で対策委員会等もされて、別室登校からオンラインでの授業という形で、生徒さんに寄り添い、前に進めるように取り組まれています。今は生徒が進むべき道を模索している状況、どうしたいかという子どもの気持ちがとても大事だと思います。それが無いとうまく進めなかったり、支援ができなかったりするので、進むべき道を模索する時間がとても大事です。引き続き子どもさんの気持ちに寄り添いつつ、道を示したり選択肢を示したりというようなことができればいいなと思えました。

Bさんは、車椅子の生徒さんということで、最近の小中学校でも増えてきている状況にありますが、高等学校で車椅子の生徒さんを支援し、学校生活を送るという経験はまだ少ないと思えます。その中で様々な取組をされ、関係機関と連携して取り組まれているということはすごく良いことだと思えました。

次に阿波西高校さんについてです。阿波西高校についても実態把握がされています。入学前から実態を把握して、入学までに校内支援体制の整備をするというお話があり、とても良い取組ですので、引き続き行っていただきたいと思えます。発表原稿に「先生方が面談を通して、早期発見し、深刻化する前に対応することにつながっている」とありますが、そのような意識で面談をすることは、生徒の理解につながりやすく、良い取組だと思います。

心のアンケートの実施については、Forms等のICTを活用して実施されていました。生徒指導提要の中にもICTを活用し、集約し、データとして活用していくようにと書かれています。また、生徒が実際に体験する活動の中で、カルタ、展示活動など、生徒が体験して感じ取るということは大事なことです。それをするために先生方が生徒に将来こうなってほしい、こういう力を身につけてほしい、ということをも明確にして、体験活動につなげているところが素晴らしいと思えました。

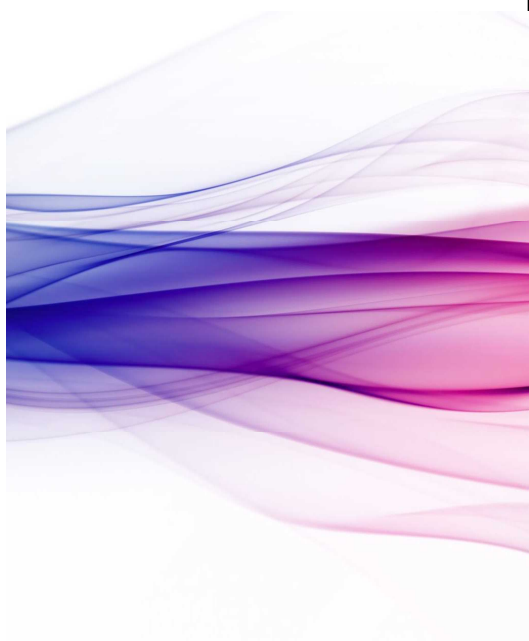
最近よく言われている心理的安全性です。子どもであれば「学校の先生には相談できるかな」と思えること、子どももそうですが、大人もそうです。大人も子どもも相談しやすい環境、言い出しやすい環境など、心理的安全性が保たれているような職場やクラスを作っていくことが大事です。阿波西高校の取組の中で、アンケートから課題を抽出して、課題となっている力を高めるために行っているという取組は、心理的安全性を高めることにつながると思えます。アンケート

について、1年生の肯定的回答が少なかったとのことですが、1年生は自分のことで手一杯というところがあるのかなと思いました。今年のアンケートでは、そのような結果でしたが、2年生でどうなったのか、3年間でどう変わっていくかというところを継続して追っていただけたらと思います。

教育相談は、生徒指導提要の中では、生徒指導と同様に3類4層構造で示されています。まず、全体に対して日頃の教育活動を行っていき、その上に早期発見や早期対応があり、最後に個別的な指導となっていきます。今日の発表は発達支持的な教育相談に分類されるような全体を対象にしながら、次の段階として、アンケートをとり、子どもの状態に気づいて、早期発見をして対応していく取組だと思います。その中には、面談など、様々な取組が複合的になっており、とても良い取組でした。教育相談の基本姿勢として、生徒指導提要には、①児童生徒理解に基づいた指導支援のあり方を考える②状況に応じて柔軟に対応する③時間的視点を持って支援を行う、と書かれています。今日の発表にもありましたが、子どもの実態を把握することがとても大事ということが分かったと思います。実態把握をするときに1つみなさんに考えてほしいのは、表面的な行動で判断するのではなく、背景にある心理的側面、家庭的な状況、社会的な状況など、よく冰山モデルと言われますが、目に見えない状況も含めて、実態把握することが大切ということです。教育相談はそのときの状況に応じて、臨機応変に支援していく、また、支援をする時期だけではなく、待つ時期も大事だと思います。今後も効果的だったものについては、継続して取り組んでいただきたいと思います。

解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリング

愛媛大学教育学部
相模健人



本日の内容

- 自己紹介
- ワーク
- 解決志向ブリーフセラピーの紹介
- 中心哲学
- 解決を導く2つの方法
- 例外
- 目標を作る
- ワーク
- 事例提示
- 質疑応答

解決志向ブリーフセラピー

- Solution Focused Approach または Brief Therapy
- 解決志向アプローチ（またはセラピー）、解決構築アプローチ、解決焦点化アプローチと訳される。
- 1980年代にInsoo Kim Berg, Steve de Shazerらによって、アメリカ、ミルウォーキーにあるBFTC(Brief Family Therapy Center)で開発された。



<https://solutionfocused.net/inspiration/insoo-kim-berg-and-steve-de-shazer/>から引用

中心哲学

- 「うまくいっているならそれをやめるな」
- 「一度うまくいったらもう一度をそれを繰り返せ」
- 「うまくいかないなら何か別のことをせよ」

解決を導く2つの方法 例外を見つける

- 問題が起こっていないときを探す。
- 問題が起こるとどうしてもそれにとらわれがちであるが、探してみると問題を起こしていないとき(起こるまでに至らないとき)は結構ある。
- それを拡大していくように関わる。

例外

- 問題が起きていないとき
 - 問題が起きそうだったが起きなかったとき
 - 問題が起きたが、それほどひどくならず済んだとき
-
- この例外をみつけて、それを拡大していく。
-

「どうやって～したんですか？」

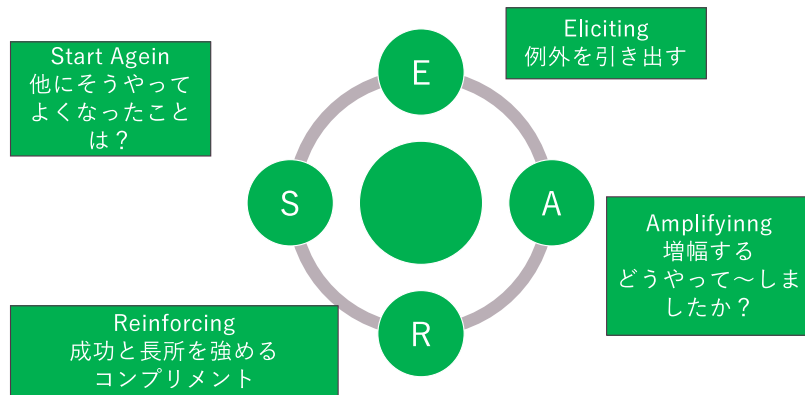
- 解決や例外が起こったときに尋ねる。
 - 「どうやって～したんですか？」
↓
 - 方法を尋ねている
↓
 - 方法は繰り返せる。
 - 解決につながりやすい。
-

コンプリメント

「クライアントが語り、感じ、そして信じていることをセラピストが承認し、そしてセラピストとクライアントとを結び付けている多様な問題に対して彼らが示している態度を肯定し、敬意を表すプロセスである」 Berg (1997)

クライアントをほめ、ねぎらう。

EARS(de Jong,Berg 2016)



これなら教室や廊下でできる

解決を導く2つの方法 目標を作る

- Well-Formed Goal
- 現実的で**到達可能**な目標
- クライアントにとって重要である
- 他者との関係で示される
- 状況を限定する
- 問題の不在よりも望ましい行動の存在
- 最終結果ではなく何かの始まり
- クライアントが自分の役割を認識する
- 具体的で、行動的で、測定できる言葉
- 現実的な言葉
- クライアントの課題 (de Jong, Berg, 2016)

ミラクル・クエスチョン

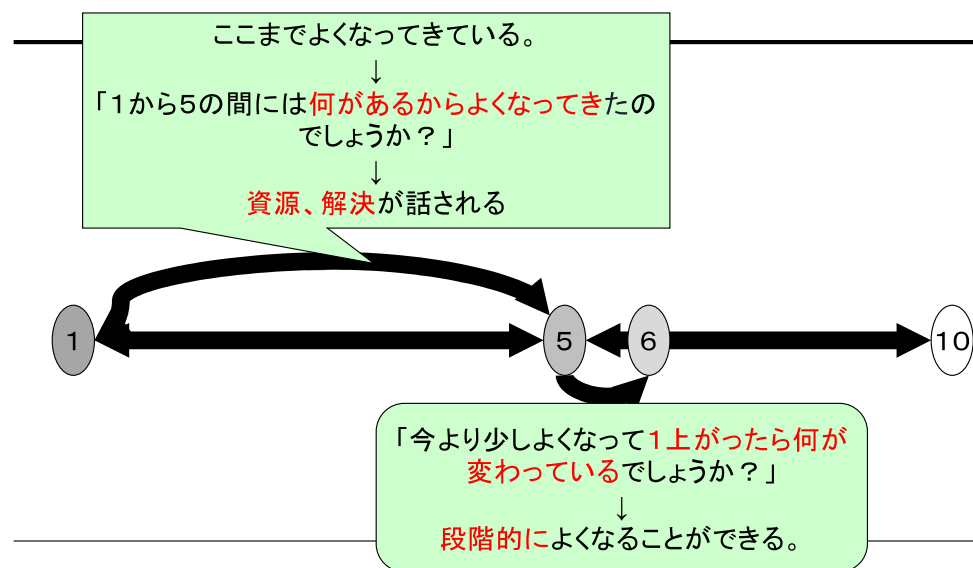
- 「今晚、あなたが眠っている間に**奇跡が起きて、あなたがこちらに来られた問題が、解決してしまった**とします。あなたは眠っているので、奇跡が起きたことや、問題が解決したことは**知りません**。朝になって、**どんな違いから**,奇跡が起きて問題が解決したことに気づくでしょうか？」

この質問をすることによって

- 奇跡について尋ねることによって、クライアントは**無限の可能性を**考えてよいことになる。
- 現在と過去の問題から焦点をずらし、**今より満足のいく生活**に目を向けさせる働きをする。de Jong,P.ら (2016)

スケーリング・クエスチョン

- 「あなたが初めて相談に来たときを1として、あなたがもうここに来ないでも何とかやっつけているのを10とすると今いくつでしょうか？」
- クライアントの**観察、印象、予測**などを1から10の尺度に置き換える質問。de Jong,P.ら(2016)



プラス大事にしていること

Needs

- 相談に来た方が相談で話したいこと
- 相談に求めるもの
- 「ここでどんなお話ができれば少しでも私がお役に立てるでしょうか？」

関係性

- カウンセラーとクライアント（相談に来た人）（たち）の関係性
- 現在どのような関係にあるか？
- どうしたら変わっていくのか

ワーク 話し手と聞き手に別れて

- （話し手）最近お仕事上でなんとか良くなったことを話してください。
- （聞き手）コンプリメントして、そのことを**どうやって**できたかについて聞いてください。
- （聞き手）「そのことについて**全然うまくいかないのを1、これからもうまくやっつけていけそうなのを10**とするといくつでしょうか？」

-
- (聞き手) 「その数になったのは**どんなことがあるから**でしょうか？」 →できるだけたくさんあげてもらってください。
 - (聞き手) 「その数から**1上がったとしたらどんなことが違っている** (変わっている) でしょうか？」 →できるだけたくさんあげてもらってください。
-

事例提示

録音録画等をご遠慮願います。

終わりましたらご質問をお願いします

まとめ

- 解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリングについてお話させていただきました。
- 参考になるところありましたらできそうなときにできそうなところから使ってみてください。



引用文献

- ピーター・デイヤング、インスー・キム・バーグ 2016 「解決のための面接技法[第4版]」 金剛出版
 - Watzlawick,P., Weakland,J.P., Fisch,R. 1974. Change -Principles of Problem Formation and Problem Resolution. Norton, New York.長谷川啓三訳 1992 「変化の原理 問題の形成と解決」 法政大学出版局
 - 相模健人 2024 定時制高等学校における不登校の生徒と母親に解決志向ブリーフセラピーを用いた一事例 心理臨床事例研究愛媛大学心理臨床相談室紀要第20号 87-95.
-

R7 教育相談学会講演記録

「解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリング」

愛媛大学教育学部

相模健人

相模でございます。ご紹介ありがとうございます。今日は解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリングについてお話をさせていただこうと思います。お招きいただきありがとうございます。

本日の内容についてはブリーフセラピーの紹介をして、途中で解決を導く2つの方法の紹介をしようと思います。その後は質疑の時間を設けたいと思っております。

自己紹介をします。現在は愛媛大学に勤めています。教育学部では先生を目指す学生さんに授業を行って「先生になりなさいね」と話しています。大学院では公認心理師を目指す学生さんに教えています。教育相談の事例も受け持っています。この2つの仕事は少し目的が違います。私の専門は臨床心理学で、分野はスクールカウンセラーになります。資料に書いていますが、1998年から2002年まで徳島県でさせていただいて、その時に博士課程に在学し、博士論文でもスクールカウンセリングについて書いています。ブリーフセラピーが専門領域で、福岡にいたときもスクールカウンセラーをさせていただいておりました。最初は家族療法を学んでやっていたのですが、スクールカウンセラーをしていると、それだけでは間に合わないところがあって、そこから解決志向ブリーフセラピーを専門とするようになりました。私がスクールカウンセラーを始めて30年なので、日本でスクールカウンセラーが開始されてからとほぼ同じ年月です。今も愛媛県でスクールカウンセラーをさせていただいております。

今日、ご紹介する解決志向ブリーフセラピーは1980年代にアメリカのご夫妻、インスー・キム・バーグとステイブ・ド・シェイザーによって始められ、ミルウォーキーにあるブリーフファミリーセラピーセンター（BFTC）を設立し、発展していきました。教育、スポーツや経営、ビジネスなどいろいろな領域で使われていて、汎用性が高いカウンセリングと言われております。

解決志向ブリーフセラピーの中心哲学と言われていることについて3つご紹介します。

「うまくいっているならそれをやめるな」は、うまくいっていることがあればそのまま続けましょうということです。

「一度うまくいったらもう一度それを繰り返せ」というのは、偶然できたことがあったなら、その時に1回検証します。その時何をやったら、どうやったらできた、という話をして。それで、試したり繰り返してみたりして、うまくいくかどうか、やってみるということを行います。一度、たまたまでもいいので、うまくいったことはこれから繰り返して、ということを行います。

ここでよく言われるのは、何もうまくいかない時はどうしたらいいですか？といったところで「うまくいかないなら何か別のことをせよ」ということになります。うまくいかないときに自身の判断で何かやってみる。

うまくいったらもう一度繰り返して、それでうまくいくなら続けるということになります。ここに書いてあることは当たり前のようなことですが、だんだん下から上に上がっていくと、うま

くいき始めるといった具合になります。

こういう中心哲学を持ったカウンセリングです。

いろいろ技法があるのですが、今日は時間の関係があるので、「例外」「目標を作る」この2つの方法に絞ってお話をいたします。

解決に導く2つの方法で、「例外」を最初にお話して目標を作るということを少しお話します。その問題が起こっていないときを探してみます。そのようなところを少し探してみると「例外」を見つけられることになります。問題が起こるとどうしてもそれに囚われてしまって、我々も問題が起こっていると困るというか気になります。けれども、探してみると問題を起こしていない、起こすまでにはいかなかった時が結構あります。

「例外」の定義になりますが、先ほどお話したように問題が起きていない、困っていないとき、問題が起きそうだったけれど起きなかったとき、普段だったらなるけれどなぜかならない。いじめが起きそうだったけれど、なぜかそうはならなかったとか、あるいは、問題が起きたが、それほどひどくならず済んだときは「例外」と考えます。相談をしているときに話をしていると相談に来た人も意外と話をし始めるのですね。相談に来ている方も話をしているうちに、たまたま話をし始めるときがあり、それを見つけてお話をしていくということが結構多いと思います。

例外を見つけたらどうするのか、ということですが、質問をする内容は、「どうやってそれができたのですか?」「どうやって〇〇したのですか?」と聞きます。良くなったことや「例外」が起こったときに「どうやって〇〇したのですか?」と尋ねます。この質問は、英語でいうと「How did you do it?」で「Why did you do it?」なぜ、〇〇したのですか?ではないです。どうやってそれができたのですか?になります。Howで聞くということは、方法が出てくるのですね。こうやってみたらできました、と。方法が出てくるということは、先ほど話した、もう1回繰り返すことができます。もう1回「それやってみて」が言いやすいというところもあります。

「どうやってできたの?」と話をして、方法を尋ねて「それを繰り返してみよう」と頼むと、解決につながっていきやすいと思います。先ほどの中心哲学の、1番目と2番目ですね。こういうところが、行いやすいかなと思います。

あとは、言い方です。「どうやってできたの?」という感じの言い方をすると、「コンプリメント」というようになりやすいと思います。「クライアントが語り、感じ、そして信じていることをセラピストが承認し、そしてセラピストとクライアントとを結び付けている多様な問題に対して彼らが示している態度を肯定し、敬意を表すプロセスである」(Berg,1997)ということです。一言で言うと、クライアントを褒めたり、ねぎらったりしましょうということです。先ほどの「どうやってできたの?」と言う技法を使うと同時に、コンプリメント「それよくできたよね」「よかったよね」というところや、そこまで至ってなくても、「例外」までいってなくても、ねぎらうことが重要です。

「例外」を引き出してきて、「どうやってできたの」という話をします。コンプリメントして「ああそれ、いいよね」「もう一回やってみて」という話をし、「どうやって?」「内容のことで他にそうできるようになったことってどんなこと?」と話をしていくと、相談として、少しずつ「例外」を積み上げていくような面接ができるようになります。たまたまでも「良いな」と思うことをしたら、「今の良かったよ」と話をし、「今の良かった」と褒めて終わるのではなく「ど

うやった今？」「どうやってやったらできたの？」と話をし、さらに「もう1回やってみてくれる？」という話をしていくと、そんなに時間はいりません。2、3分ぐらいで教室のすみで話をし、「もう1回やってみてね」と話ができると思います。こういう流れを頭に置いていただけると、普段の教育現場でやりやすいかなというのが、この一つ目の「例外」のお話です。

もう一つは目標を作って、それを目指していく形で「Well-Formed Goal」を築いて行われているという形が多いです。現実的で、到達可能な目標を作る感じです。私が本当によく言いますが、「現実的で到達可能な目標」です。資料に書いてありますが、具体的でないことやりにくいことがあります。「クライアントにとって重要である」と書いていますが、クライアントにとってこれは大事なことで、やりたいことであることについて、目標を作らないと難しいです。「他者との関係で示される」は1人だけよくなるのではなく、他の人との関係で示されると思います。そういった形で「状況を限定する」ことをしていきます。「問題の不在よりも望ましい行動の存在」というのは〇〇しないという目標は難しいです。しない代わりに何をしましょうかと。望ましい行動も存在すると、行いやすいです。あとは、「最終結果ではなく何かの始まり」とか、「クライアントが自分の役割を認識する」、「具体的で、行動的で、測定できる言葉」で話をしていきます。

なので、曖昧だと目標はやりにくいですね。イメージではなく、現実的に尋ねていく形で。それが「クライアントの課題」という形になります (de Jong, Berg, 2016)。そこまで目標を作らないと、やっぱり、今までできていないことなので、なかなか難しいです。なので、現実的な目標を作りましょうという話になります。

その目標を作るために必要なのが、ミラクルクエスチョンです。解決志向ブリーフセラピーについて少しでも聞いたことがあるという人は大体知っているかなという質問です。「今晚、あなたが眠っている間に奇跡が起きて、あなたがこちらに来られた問題が、解決してしまっただとします。あなたは眠っているので、奇跡が起きたことや、問題が解決したことは知りません。朝になって、どんな違いから、奇跡が起きて問題が解決したことに気づくでしょうか？」 (de Jong, Berg, 2016) という質問になります。

要するにこの質問は、問題の渦中にある方に、奇跡が起きると問題がどうなるかということ聞く質問です。この質問、「奇跡について尋ねることによって、クライアントは無限の可能性を考えてよいことになる」 (de Jong, Berg, 2016) ということが挙げられます。しかしクライアントさんは自分の生活の問題を管理しているので、そんなに大きく、非現実的なことは言わないですね。なので、奇跡という言葉は、使うと大げさじゃないかとよく言われますが、無限の可能性を考えてみて、一步メリットかなと思います。あともう一つ、「現在と過去の問題から焦点をずらし、今より満足のいく生活に目を向けさせる働きをする」 (de Jong, Berg, 2016) という過去の問題というのは、今の問題の原因だということです。その焦点をずらして、今より満足のいく生活、自分がうまくいったらこうなるかもしれないという基本は話しているうちに結構話していただけるんですね。だんだん顔つきや困っているところから、こうすればこうなるかもしれないと考えるようになります。そのように、いわゆる満足のいく生活に目を向けていく働きかけができると思います。目標を作ったら、たどり着くために頑張りましょうという話になります。

ここでよく使っているのがスケーリング・クエスチョンというものになります。例では「あな

たが初めて相談に来た時を1とします。あなたがもうここに来なくてもなんとかやっていける、相談が終わっても大丈夫というのを10とすると、今いくつでしょう」と聞きます。要は1が最低の時、10が大丈夫です。もう相談が終わっているような、最高の状態みたいな形にすると、どういった形でも使えます。

これについて、本当はいくつ答えてもらっても大丈夫です。とりあえずここは5ということで例を挙げてみます。5ということは1ではないということですね。1から4つ分はよくなっているということなので、「1から答えた数の間は何があるから良くなっていますか？」という質問ができます。ここに何があるかとまず質問ができるわけです。そうすると、良くなったことや支えになっているようなことをお話されます。例えば5や7、8だったら1つじゃないはずだと、みんな当然、考えますね。4つ分良くなって、またはそれ以上良くなっていて、ということは、1つ答えても、「他に何があるから5ですか？」と聞くことができます。なので、できるだけたくさんの方がやりやすいので、さっきと同じで、「どうやってできたのですか？」「それを続けるのはどうしたらいいですか？」ということ聞いていきます。

もうないというところまでいくと、1つ上がった状態を聞きます。「今より少し良くなって1上がったなら何が変わっていますか？」という話をします。そうすると段階的に少し良くなることができてきます。5から6になって6になったら今度は7を考えるのですね。7を考えて8になると考えていけばいいという感じに。1から2ぐらいなら「例外」ではないけれど、たまに2くらいになっている時はあるかもしれないといったようになります。

プラス大事にしていることとしてNeedsです。相談に来た方が相談や話したいことは聞きます。相談に求めるものとして、ここでどういう話ができたら少し私がお役に立てますか、ということをお大事にして聞いています。

もう1つは関係性です。カウンセラーと相談に来たクライアントさんでこれが複数の場合です。親子もあれば夫婦もあれば、保護者と先生という場合もあるので、そのような人たちの関係性を見ながら、私と私のカウンセラーとクライアントさんはどういう関係になって、それはどうしたら変わっていくのかということも気をつけながらお話を聞いています。

というところで解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリングについてお話しさせていただきました。参考になるところありましたらできそうなときにできそうなところから使ってみてください。

引用文献

ピーター・デイヤング、インスー・キム・バーグ 2016 「解決のための面接技法[第4版]」
金剛出版

インスー・キム・バーグ 1997 「家族支援ハンドブック」 金剛出版

質問 1 今日は、先生、貴重なお話をありがとうございました。最初に先生のご経歴の中で、家族療法をなさっていたとのことですが、事例の中では、子どもさんが来ていないということで、カウンセリングはどうなるのか?と思ったのですが、ブリーフセラピーというのは、問題の中にいる当事者も含めて行うものか、その家族を中心とした家族療法的なものが多いのか、について教えて下さい。

回答 相模先生

まず、家族療法から申しますと、不登校の事例で当事者が来ないということはよくあります。保護者だけや保護者と兄弟という場合もあるので、本人がいなくても行う場合は多いです。私も最初、家族療法をやっていて、そういったところを習っていたので、あまり本人が来ないことに違和感はありません。スクールカウンセリングをやっていて思うことは、不登校のお子さんの場合、学校に行っていないということなので、学校の場所でやれば本人が来ることはあまりないということを想定していいと 생각합니다。もちろん本人が来る場合もありますが、両親だけ、保護者さんもお母さんだけやお父さんだけで話に来られる場合も多いです。なので、それでできますというような考えです。保護者さんから見たとお子さんを教えてもらえばいいですし、保護者さんの関わりによって、一緒に住んでいるので、お子さんに働きかけることは十分できると考えています。コミュニケーションを毎日取っていますし、「こういうところを見てきてください」と言えば、見てきていただけるし、「こういうことを少し試してみてください」と言えば、試していただけるので、それで子どもさんの反応を聞いていくと、「ちょっと良かった」、「じゃあ続けましょう」という感じになるので、お子さんとお会いしていないケース、最後まで会わないまま相談が終わったケースは数多くあります。

質問者

本人が学校に来るようになったら、その本人を交えてのカウンセリングを行うのですか

回答：相模先生

そうですね。保護者さんから「本人を連れてきてもいいですか」とよく聞かれるので、「いいですよ」と言うと一緒に来られます。子どもさんが本人が来て、親とは別に話したいという場合であれば、少し別室で待っていただくという場合もありますし、一緒に話しても大丈夫であれば、一緒にその場で話をする場合も多いです。複数で普通のクライアントさんが来られる場合だと、やはりさっき言った関係性みたいなところに気をつけながら話をしています。例えば、子どもさん本人と保護者さんで喧嘩になりそうな場合や、すぐ言い合いになりそうな場合もあるので、そこは少し介入をしながら、話を進めていきます。発言力がものすごくあって子どもが引けている場合もあるので、保護者さんと関係を作った上で、本人の発言や本人が思っていることを引き出すようにして、保護者さんに改めて感想を聞いて、その関係性を変えながら進めるようにしています。普段は子どもさんが親御さんに向けて、あまり言えないことをこの場だったら言えるというような形の場所を作ってあげると、子どもさんもやはり意義を感じて、次から来られたりするので、関係性を見て関わっていくということをそのケースに応じてしております。

[情報交換会]

情報交換会について

1 情報交換会概要

2 会場、6 グループに分かれて、「教育相談で大切にしている視点」について、それぞれ個人が考えていることや実践していることについて、付箋に記入し、その後、各チームで内容ごとにグループ分けをしながら話し合いを行いました。最後に、A、B、Cそれぞれのチームで話し合った内容を全体で共有しました。

2 協議内容

第一会場

<チームA 情報交換内容>

「教育相談で大切にしている視点」について、心の問題が発生する前に予防教育をしているという実践例が挙がりました。例えば、徳大の外部講師を招いたマインドフルネス体験講座を実施し、生徒が自分の心の健康を管理できるよう促したり、カウンセラーの先生が心の健康教育をし、自分のストレスをコントロールする実践を行ったりする例です。心の問題が深刻化する前に、早期発見のための対応の1つとして、早期に担任が生徒に対して声をかけたり、カウンセリングの利用普及率を上げるためにいろいろな媒体を介して、カウンセリングの実施日や実施時間を情報共有したりするという形で行っているとのことでした。

また、カウンセリングを実施した後に、情報共有をどのようにしているのか、その際に大切にしていることの実践例が上がりました。例えば、養護教諭やスクールカウンセラーから情報共有してもらったものを、学年付きや非常勤の先生等、すべての先生に情報が行き渡るようにし、その情報を基に、皆さんと協働を目的とした情報共有を行っているという話が出ました。

学校内だけでなく、外部機関との連携という案も出ました。その中で、1つ問題が起きた際に、先生あるいは学校ができる、できないの線引きをはっきりし、できない部分は、家庭や学校が行わず、外部機関、専門機関に仕事を委託し、できることとできないこととの境界線をはっきりさせる。ただし、それをする際には、学校から保護者の方に理解を得ることがとても大変だという話も聞かせていただきました。

さらに、支援学校では、生徒の目指す進路を実現するために、家庭との連携が重要であることや、情報共有した時に、生徒が話されたくない内容もしっかり把握し、守秘義務も守っていないかなければならないことについても、気をつけていかなければならない点だとお聞きしました。

最後に、「教育相談で大切にしている視点」「カウンセリングのための視点」ということで、何が問題となっているのか、生徒のことをしっかり理解し、誰のため、誰の幸せにつながるのか、生徒を中心としたカウンセリングのシステム作りについて、皆さん大変努力されているということを情報共有させていただきました。

以上です。

<チーム B 情報交換内容>

高校の先生が4名と支援学校の先生が2名で、立場や相談内容が違う相談状況の中での共有でした。

「教育相談で大事にしていること」という視点で、付箋が集まりました。生徒も保護者に対してもあると思いますが、相談者に対しては、話しやすい雰囲気作りを大事にするという点が多くありました。共通して大切にしていることは、話しにくいことを話そうと思っている状況もあるので、こちらから相手に挨拶をして、話しやすい雰囲気を作り、相手に寄り添って「とにかく聴いているんだよ」という空気を大事にしながら実施する、という意見が出ました。また、アンテナを常にはっておき、相談では自分から言い出せない子の気持ちを拾えたら、という点も出ています。

生徒と保護者が一緒になると、生徒、保護者のどちらもが相談者となるため、立場の弱い生徒の気持ちを無視して話が進んでしまわないよう、本人の意思を尊重するための確認作業を大事にしたいという意見が出ました。また、それを支える職員間の連携も大事にしたいという意見も多くありました。問題に1人で立ち向かって考えるのではなく、チームとして対応できるような組織を作り、情報共有し、各学期にケース会議をする等システムとしての共有体制を作っていきたいということ。さらに、教育相談はいろいろな人が関わりますが、養護教諭として関わる部分、生徒指導として関わる部分、そういう部分が複数関わることの良さはもちろんありますが、そのあたりが重なりすぎ、或いはそれで漏れがあってもおかしくなるので、職員間の連携についても大切であるという意見が出ています。

それを支える素地として個人の課題としては、教育相談に関する様々な情報収集や自身の勉強も大事になり、職員室での雑談の中で「それ使える」というような情報に関しては、積極的に共有しているという意見もありました。また、年度が変わる時に、カウンセラーさんへの引き継ぎをきちんと行うことや、こちらの班で一番盛り上がったのが、AIが活用されるようになり、AIに相談をして、回答がもらえるというような事態や、ZOOMでの不登校支援等、間にIC機器が入ってくる中で、それでも人に相談することの大切さをどのように伝えていくのか、学校としても個人としても課題である、という意見が出ました。

<チーム C 情報交換内容>

まず、学校のシステムのなところで、カウンセラーの活用をしております。月2回カウンセリングをし、保護者や担任、生徒本人の希望を聞いた上で、日程調整を行っています。その上でカウンセリングの手法を、カウンセラーから学ばせてもらえるのも、もしかしたら、大事になるのかなという意見がありました。

「大事にしている視点」について、校内での情報共有という意見がたくさん出ました。まずは先生方、他のクラスの先生や同じクラスの先生同士が、会話の中で情報共有を普段から行っていると、それが自然と子どもへの適切な指導支援につながり、更には報告や連絡、相談を緻密に行っていくとよいということでした。

傾聴について、これだけ意見が出ているのですが、生徒本人や、保護者の方の話をまずはよ

く聞くというところです。保護者にしろ、生徒にしろ、話を聞いている中で、途中、ちょっと「うん？」と思うところが、教員の立場としてはあるかもしれません。これはあくまで、そこで否定するのではなく、一旦意見として話を聞いた上で、もし伝えるべきことがあるならば、「しない方が良いですよ」というような否定的なニュアンスで伝えるのではなく、「でも、こうやって、こうすると、より、もっと良くなるんじゃないかな」というふうに、どちらかというところポジティブな表現での伝え方も保護者や生徒本人にも大事になってくるのかなといった意見もありました。

さらに、生徒への配慮について、生徒が安心してカウンセリングを受けることができるように、生徒の意見や発言、行動を肯定的に受け止めてあげるといったところも大事になるかなという意見もありました。

他のグループでもありましたが、関係機関との連携共有についても意見が出ています。学校と家庭との間で、問題が全て解決すれば、もちろんそれに越したことはないのですが、なかなかそうはいかないことも多々あるので、せっかく活用できる関係機関がたくさんあるので、そこを有効活用しながらしっかり連携を取り、生徒のために動いていける部分はあるのかなといった意見も上がっています。

まとめになりますが、まずは生徒が自分の話したいことについて話しやすい環境を作り、関係性を築いてあげることが大切であり、その話す相手が教員であろうとカウンセラーであろうと、そこに生徒が極力少しでも気楽に話ができるような関係性や環境を整えてあげることが何より大事かなといった意見がCグループでは上がっています。

以上です。

第二会場

<チームA 情報交換内容>

「相談場面」では、生徒が話しやすい雰囲気をつくることを大事にしています。生徒が自分の感情や思いを吐露できる環境を整えたうえで、話が出るまでゆっくりと待ったり、否定せずに話を遮らず傾聴したりするというように、まずは生徒の思いを受けとめることを大切にしています。

「相談の仕方」では、生徒の感情や思いを受容し、前向きな気持ちでニーズを把握することを大切にしています。助言や指導を行う際には、できていない点を指摘するのではなく、できている点を評価することで、生徒の前向きな気持ちを引き出すよう心がけています。

「連携づくり」では、守秘義務の遵守、情報共有、情報収集を大切にしています。

<チームB 情報交換内容>

「話をよく聴く」ことを大切にしています。傾聴しながら時系列で整理することで、生徒の自己理解を深めるよう努めています。教師側が生徒の些細な変化や様子に気づき、そこから話を引き出すことも重要と考えています。

生徒の話を聞いた後は、「情報共有」を大切にしています。話を聞いた教師一人で課題解決に取り組むのではなく、担任や学年主任などと情報を共有し、必要に応じて保護者と連携しながら課題解決に取り組んでいます。

複数の視点で生徒を見守りながら、相手を傷つけない言動ができるよう助言したり、相談してくれたことを褒めたり、思いを認めたり、気分をほぐすなどの「サポート」が必要です。サポートの際には「環境の整備」が重要で、物的環境としては、プライバシーを守りつつリラックスできる相談室の整備が求められます。また、1人で抱え込まないよう「役割分担」を行い、さまざまな職員や関係機関と連携して前向きな課題解決に向けて協力できるような人的環境も重要です。

<チームC 情報交換内容>

「相談者の安心安全」を確保する視点を大切にしています。具体的には、相手の話を否定せず最後まで聴くこと、ネガティブな気持ちを共有すること、専門用語を使って相手が話しづらい雰囲気をつくらないこと、相談してくれたことへの感謝の気持ちを伝えることなどが挙げられました。

「情報収集やアセスメント」も重要です。できるだけ対面で会い、言葉以上の情報を受け取り、表情を見ながら体調やプラスαの要素を把握したり、情報を時系列で整理しながら話し、生徒・保護者の困りごとを具体的に理解したりします。生徒の対人関係や家族関係、保護者を取り巻く環境など、生徒の背景を正確にアセスメントし、本人や保護者の困り感を把握することを大切にしています。

チームで情報共有や共通理解を図ることによる「連携」も大切にしています。得られた情報を共有し、他教員などの多様な視点を取り入れながら、生徒・保護者にとってより良い目標や希望を考えています。その際には、「長期的な視点・目標」が重要で、達成可能な長期的な目標を設定するよう心がけています。

[心の窓]

生徒のために私ができること

徳島科学技術高等学校定時制 教諭 西條玉恵

25年前、私はアフリカのある国で高校の教壇に立っていた。常に教師が生徒の上の立場にある管理教育体制の中で、懸命に勉学に励む生徒たちが印象的だった。「生徒のために私は何ができるのか。」文化や習慣が違う海外での2年間の教職経験は私の教育観を大きく変えた。

日本で復職後も、第2の故郷としてしばしばこの国を訪問しており、今年の夏も広い大地を覆う涼しく乾燥した空気と現地の人たちが醸し出すおおらかなムードが私を待っていてくれた。年々都市は近代化し、大都市では、スマホ片手にショッピングモールで買い物や飲食を楽しんでいる人々を見かける。ただ、少し郊外や地方に行くと25年前とあまり変わらない村人の生活もまだ残っている。持てる者と持てない者との貧富の差が大きくなり、犯罪も増えているという。

このたび、現地の小学校に子供を通わせている日本人のお母さんと話す機会があった。彼女は子育てに悩んでいた。学校に持たせるおやつの内容を巡って子供間でいじめがあるらしい。彼女は子供の健康のために手作りのおやつを持たせているが、子供にとっては外資系スーパーのお菓子を買って持って行けることがステータスなのだ。「買えるのにどうして？」と子供は主張し、喧嘩する毎日だという。社会全体が豊かになり、25年前には「食べられるだけ幸せ」の状態だったところから、「何を食べるか」の視点に変わりつつあるようだ。また、25年前には学校でのいじめ問題はこの国ではそれほど問題になっておらず、おやつも買える生徒が買えない生徒と分け合う光景をよく目にしたものだ。社会が変わると人々の考え方も変わる。この国でも、社会情勢に応じた子供たちの心に寄り添う教育が必要となってきたのではないだろうか。

現在私が関わる生徒たちの多くは、過去にさまざまな負の体験をしていたり、他人と比べられたりしてやる気を失っているなど、学校にマイナスのイメージを持って入学してきている。教師が個々の生徒の特性に応じた関わりを継続し、「できた」ことを認めることで、入学当初は「どうせできない」と諦めていた生徒が、自信を持ち始め、さらに能力を伸ばしているように思われる。実際、全校生徒へのアンケート調査では、約88%の生徒が自己効力感を感じており、約97%の生徒が教師を信頼しているとの結果が出ている。学校が生徒たちの居場所や心のよりどころになっているようである。教師が変わると生徒が変わる。生徒が変わると保護者も変わる。生徒の人生の伴奏者となる保護者を支えることも、私たち教師の大切な役割だと考えている。

国内外で考え続けてきた「生徒のために私は何ができるのか」の答え。時代や場所によって変化してきたかもしれない。今では保護者と情報共有しながら、生徒たちが自分の特性を生かして社会で自立していく道を見つけるお手伝いをする事なのではないかと感じている。

1. はじめに

本校は令和4年に創立120周年を迎えた伝統校で、各学年7クラス編成・総生徒数840名程度の大規模校である。令和3年度入学者選抜から全県一区となったことで、様々な地域から生徒が通学している。部活動も非常に活発で、生徒たちは「文武両道」を目標に日々努力を重ねている。向上心が高く、努力を惜しまない生徒が多い一方で、理想と現実のギャップ、周囲との比較や競争意識、進路選択に対する不安など、様々な悩みを抱えるケースも見受けられる。

2. 教育相談に関する活動内容について

(1) スクールカウンセリング

本校では、月に1～2回スクールカウンセラーが来校している。担任、部活動顧問、養護教諭を中心に、学校生活において心配な様子が見られる生徒やその保護者に声かけを行い、必要に応じてカウンセリングにつなげている。この取組により、問題の早期発見と深刻化の防止に効果を上げている。

(2) 予防教育

① 「こころの健康教育」

「保健」の授業における「現代社会と健康」の単元で、「精神疾患の予防と回復」をテーマに、1年次の6月に「こころの健康教育」と題した授業を実施している。教科担任とスクールカウンセラーの寺本陽子先生によるティーム・ティーチング形式で、各HRにおいて授業を展開している。

スクールカウンセラーが心理的専門知識と実践的支援経験を活かし、生徒の心の動きや悩みに寄り添った視点から授業に関わることで、単なる知識の習得にとどまらず、生徒が自分自身や他者の心の健康について深く考え、支え合う心を育むことが可能となっている。また、心のケアを求めることが生徒の日常的な選択肢の一つとして認識されるようになり、相談への心理的ハードルを下げる効果も見られる。

② マインドフルネス体験講座

生徒の不安や緊張の緩和、心の安定、集中力や自己肯定感の向上を目的として、徳島大学の甲田宗良准教授（公認心理師）を講師に迎え、希望する生徒を対象に7月中旬にマインドフルネス体験講座を実施している。講座では、マインドフルネスに関する基礎知識の習得に加え、呼吸や身体感覚に意識を向ける実践的な練習を行うことで、生徒が自らの心のケアを行い、心の不調を予防し、より良い学校生活を送る力を育むことを目指している。

3. 今後の展望

これまでの教育相談活動を通じて、生徒の心の健康を支える体制の整備と、予防的な支援の重要性を実感している。今後も相談体制の強化と継続的支援の充実、生徒の自己理解とセルフケア能力の育成を中心に、教育相談のさらなる充実を図っていきたい。

本校の教育相談について

徳島県立小松島西高等学校 教諭 佐藤 佐智子

本校は、小松島の港町に位置する専門高校である。「誠実」「進取」「友愛」の校訓のもと、自主自立の精神と豊かな人間性を持ち、地域社会に貢献するために必要な力の育成に努めている。学科は、経済社会に必要な知識や技術の習得を目指し、ビジネスに関する専門性を高める商業科、調理師資格を取得するために必要な専門知識・技術を学ぶ食物科、被服・服飾に関連したデザインや製作について専門的に勉強する生活文化科、介護福祉士資格を取得するため、生活支援技術、人間のこころや体について具体的に学習する福祉科の4学科で構成されている。

J R中田駅から徒歩で10分ほどの場所であるため、小松島市だけでなく、徳島市や阿南市をはじめ、県内各地から生徒は通学している。

1 教育相談研修課の取組

(1) 各課との連携

本校では、特別支援委員会を中心としてチーム体制を整え、共通理解を図っている。会のメンバーは、管理職、教務課長、生徒指導課長、人権教育課長、進路課長、学年主任、学科長、保健指導主事、教育相談研修課長で構成している。各課で実施する内容に教育相談の分野を導入していただき、連携した教育活動を行っている。

(2) 相談ケア体制

本校に入学が確定した生徒のいる中学校から状況に応じて引継ぎを行い、高校生活がスムーズに始められるように、入学前に聞き取りをしている。また、守秘義務をしっかりと遂行しつつ、担当する教員が同じ方向性を持って対応するために、教育相談データベースを作成している。特別支援委員会で検討した事柄については、随時データを更新し、全教職員に伝達する場として活用している。さらに、カウンセリングや面談、ケース会議などを実施し、個に応じた相談・支援体制を構築している。

(3) スクールカウンセラーとの連携

スクールカウンセラー（以下SC）には、職員研修会の講師や、カウンセリングを受けた生徒に関係する先生方へのコンサルテーション、SC便り等、様々な点で関わりを持っていただいている。SCに定期的に話を聞いてもらうことで、自分の状況をしっかり整理し、学校生活を送れるようになった生徒もいたり、SCと担任・教育相談コーディネーターで話し合うことで、新しい発見や対応方法を見いだしたりしている。

生徒のストレスや悩みは多様化しつつある。各課の連携等、教員が共通理解を図り、生徒のために対応しようとすることは今後の教育相談を行う上で重要である。本校は、SCが定期的に来校してくださったり、地域周辺に専門機関があったりと恵まれた環境にある。生徒それぞれのケースの背景を捉え、最適かつ効果的な対応ができるよう努力していきたい。



[心の窓]

本校の教育相談について

徳島県立脇町高等学校 教諭 井上 富美子

本校は、130年にわたる歴史と伝統がある県西部の進学校です。主体的に学習する態度と確かな学力を持ち、豊かな心と社会性を備え、社会のリーダーとして活躍できる人材育成を目指しています。生徒たちはとても真面目で、熱心に学習活動や部活動に取り組んでいます。何事にも一生懸命に取り組むがゆえに、学習面や生活面での悩みも多く、周囲の期待に応えなければならないというプレッシャーで体調を崩したり、学校生活に適応できなくなる生徒も少なくありません。

保健・教育相談課を中心に、生徒たちが悩みを一人で抱え込まないような環境作りをしています。定期的なカウンセリングを実施することで「誰かに話を聞いてもらえるだけで気持ちが楽になった」という生徒も多いです。スクールカウンセラーの先生とは、密接な人間関係がない分「楽に話せる」と感じている生徒もいます。1回で終了する生徒もいれば、継続的にカウンセリングを受ける生徒もいます。「授業中カウンセリングに行くのは抵抗がある」という生徒には放課後の予約を優先したり、できるだけ生徒の状況に合わせる工夫をしています。「初めての先生に話をするのは苦手」という生徒はカウンセリングを利用するのが難しいので、担任の先生が丁寧に面談をしています。面談週間を利用したり、放課後の短時間でも生徒との面談時間を作り、話を聞いています。不登校傾向の生徒に対しては、本人の気持ちに寄り添いながら、安心して学校生活を送れるように配慮しています。丁寧な面談を実施することで生徒の状況を把握し、教室での座席の配慮や気持ちを落ち着かせる場所を提供したり、一人ひとりに合わせた環境作りをしています。

生徒の多様な悩みに寄り添いながら、安心して学校生活を送れるよう支援していますが、様々な理由で登校できない生徒もいます。そのような生徒に対しては「自分で動き出すきっかけ」をつくる支援を心がけています。エネルギーがなくなっている生徒には、しっかり充電をして自分自身のことを考えることができるように時間をかけて見守るようにしています。教室に入れない生徒に対しては、クラスの生徒が帰った後、放課後に登校をして教室で話を聞いたり、別室登校をしながら学校生活の支援をしています。学校生活に意味を見いだせず悩んでいる生徒には、何をしたいのか自分で選択することを尊重しています。義務教育とは違い、様々な進路を選択できること、焦らずにこれからのことを考えることが大切であることを伝えていきます。どうかして脇町高校を卒業させたいと考える保護者もいます。しかし、最後は自分がどうしたいのかを決定しなければなりません。先が見えず不安に思う生徒に寄り添いながら、悩んで苦しい思いを受け止めながら、生徒が「自分で動き出す」ために生徒を支援しています。

生徒の気持ちに寄り添いながら、生徒たちが安心して学校生活を送ることができるよう支援していきたいと思えます。

[事業概要]

令和7年度 事業概要

令和7年

3月19日(水) 事務局引き継ぎ(令和6年度事務局:阿南支援学校)

6月16日(月) 第1回常任理事会・研究協議会
午後3時30分から午後4時30分まで
(オンライン:事務局・板野支援学校)

6月27日(木) 教育相談学会文書総会「メールによる文書総会」
(※決議は forms を使用)

8月22日(金) 徳島県高等学校教育研究会教育相談学会研究大会(四国大学)

○研究主題

「生徒に寄り添い、豊かな未来を築く教育相談」

○研究発表

①「学校生活に不安を抱える生徒のサポートについて」

板野高等学校 養護教諭 村口 友美先生

②「本校の教育相談の取組について～自他ともに大切にできる生徒を育成する教育相談活動をめざして～」

阿波西高等学校 養護教諭 日下 瑞月先生

○講演

演題「解決志向ブリーフセラピーを用いたスクールカウンセリング」

講師 愛媛教育大学 教授 相模 健人 氏

○情報交換会(2会場に分かれて実施)

令和8年

1月14日(水) 第2回常任理事会・研究協議会
午後3時30分から午後4時30分まで
(オンライン:事務局・板野支援学校)

3月 上旬 研究紀要「教育相談研究第53号」
(※教育相談学会 WEB サイトにて掲載)

3月 下旬 事務局引き継ぎ(令和8年度事務局予定:鴨島支援学校)

編集委員及び事務局

板野支援学校 都築睦美 富永 美香 浅野 かおり 上西ちさと
森本 裕加 三谷 敏 岩川 久恵 大西 恵海
森 恵美 友成 浩子 野宮 香織 横山 理恵

教育相談研究 第53号

令和8年3月 発行 編集者 徳島県高等学校教育研究会

教育相談学会 編集委員

発行人 教育相談学会

会長 小谷 慎一