

表 9 倫理（未成年のたばこを目撃したら）

1. 言わない
2. わかんない
3. 言う気にならない

表 10.親の喫煙状況（親の

1. 子どもが生まれてからたばこをやめた
2. 吸っていない
3. 家の中に酒もたばこもない
4. たばこは吸わない
5. 夫は妻が妊娠中家で吸うのをやめた
6. 会社では吸っている
7. 両方ともたばこは吸う
8. たばこはリビングでは吸わない
9. 自分の部屋やトイレで吸う
10. 生まれた時から家でたばこを吸うものと子どもは思っている
11. お酒は飲まないがたばこは吸う
12. たばこは主人だけ
13. 主人はたばこもお酒も飲む
14. 吸う場所はパソコンの前
15. 子どものいることとか気にしない
16. たばこは健康のためやめた
17. たばこは夫婦とも吸う
18. 私自身は親の前では吸わない
19. 自分たちの部屋では吸っている
20. みんなの前では吸わない

21. 子どものそばで吸わない
22. 換気扇のそば
23. 私も吸う
24. 普段は家でしか吸わない
25. たくさん吸うわけでもない
26. ほっと一息つきたいときに吸いたくなる
27. たばこは家庭内にはない
28. 吸う時は外
29. 主人祖父母はたばこを吸う

表 11.子どもは喫煙をどう思っているかについて（親から見て）

拒否	1. 煙が来るから窓を開けて
	2. 煙は嫌だという
	3. 払うしぐさをする
	4. 吸った人より周りの人に害がある
	5. たくさん見る機会が多い
	6. パパ車の中で吸わないで
	7. 車の中で吸われるのがいや
	8. 体に良くないんだな
	9. 何でたばこ吸うの
	10. 二十歳すぎてからの大人のもの
	11. 煙い煙い
	12. パパがたばこを吸ったから僕にガスがたまった
	13. たばこはからだに悪い
倫理・しつけ	14. 隠れてたばこを吸うなら親の目の前で吸え
	15. 年齢が来るまでは良いとは言わない
	16. 子どもだからダメ

研究協力者 井上孝代 明治学院大学文学部教授

1. 「思春期」という医学的概念と「青年期」という心理学的概念

医学のかなりの分野（精神医学を除く）については、「思春期」という言葉で子ども時代と大人時代の中間の時代をまとめて言い表している。思春期の原語（puberty）は、もともと性器を表す言葉で、たとえば pubic hair すなわち性毛など第二性徴に代表される身体的な成長と、心理学的な発達とをともに表す用語として用いられる。一方心理学では、思春期の第二性徴による身体的変化は心理的は子ども期から大人期への移行期、あるいは「青年期」への子ども期からの移行の段階、すなわち前触れとして位置づけている場合が多い。

しかし第二性徴の発現そのものが青年期の始まりではない。社会の側による意味づけにより、青年期の始まりとみなされるのである。青年心理学においては、第二性徴の生じるという意味での思春期を独自の発達段階として建てることをせず、青年期前期として包含することも多い。この場合、心理的発達は児童期・思春期・青年期ではなく、児童期から青年期、さらには成人期へと記述され、いわゆる思春期は青年期前期に含まれるわけである。青年期という時期自体は社会的・歴史的存在であること（宮川，1978）によって明らかにされている。白井（2002）は、バルテス（1980）を引用しながら青年期を最も歴史的影響を受ける段階として位置づけている。21世紀になっても少年兵の存在をはじめとして、戦争や社会的混乱の影響を真っ先に受けるのが青年期なのである。

また、注目すべきは男性と女性の性差の問題である。いわゆる生理学的意味での性差は比較的単純な問題であるかもしれないが、セクシュアリティにと

どまらず、社会的に構成されたジェンダーは、心理学においてむしろ主要な課題として位置づけられている。福富（2001）によれば、思春期を単に医学・生物学的問題とみなさず、全人的問題としてとらえる学際的科学としての「思春期学」は、adolescentology と英訳されている。

いずれにせよ思春期という言葉は、青年の身体的変化の特徴を記述したものであり、社会や文化の違いを越えた種としての人類の普遍性をもつ言葉である。これに対して青年期という言葉は社会的・歴史的に制約された児童期から成人期への中間に位置する境界人(marginal person)を表す言葉である。ここでは、医学者と心理学者の発想の違いについて注意を喚起しておきたい。

以上の点から、本稿では、「思春期の心理」を「青年期の心理」として心理学者の言葉に読みかえて論を進める。

2. 青年期の心理的問題の援助

児童期から大人期への移行期にある青年にとって環境の及ぼす影響は重要である。Bronfenbrenner（1979）は、人間の発達の影響を及ぼす環境をマイクロ・システム（直接系：家庭や教室・仲間集団などの場面）、メゾ・システム（間接系：家庭環境が学校生活に影響したり、地域差会が家庭に及ぼす影響など）、エクソ・システム（外接系：本人が本人の発達に影響を及ぼすシステム、たとえばテレビ番組など）、マクロ・システム（全体系：これは、その社会に通用する文化・しきたり・伝統・行動様式や価値観など、ある社会全体を規定するシステム）のことである。すなわち、青年にとっての

環境変数は多角的に考える必要がある。したがって青年への働きかけ・援助においても、その生物学的基盤を考慮することはもちろんであるが、青年をめぐる環境の多元性に留意することが必要であるし、心理的援助としてのカウンセリング活動をおこなう際にも、その介入方法については、4つのシステムの各々に対して考慮する必要がある。

筆者は、このような青年期の心理的問題を考えるにあたり、「マクロカウンセリング」の視点から支援のあり方について論じたい。これは、筆者の留学生カウンセラーの経験と理論的枠組みから出発しながら、日本青年のカウンセリング、さらにはカウンセリングの一般理論としての拡張可能性を探求している考え方である。マクロ・カウンセリングの原点に立ち返り、以下にその考え方を述べる。なお、この記述は、井上(2001a)を発展させたものである。

青年が問題をかかえ悩み・相談するということには、その課題を達成するための適切な生活情報や勉学上の情報、人間的つながりを強く求めているという、むしろ積極的な姿勢も伺える。急激な身体的発達などによる身体的・精神的不調といった不適応症状を訴えることも決して少なくはないが、それらも本人がそれを乗り越えようとするなかで自己への気づきを得たり、大人(社会)の価値観のを学んだり、自己を振り返ることのできる、成長・発達の契機となりうる場合もある。

近年の青年は表面的には適応しているように見えたり、他人に容易に相談したりしないことが指摘されている。しかし大学学生相談室の相談事例からは、相談内容として自己存在や生きる意味の模索、幼児期からの肉親との心理的軋轢といった心理的葛藤が

語られることも多いということが報告されている。対応の仕方によっては、深刻な不適応事態を招くこともある。問題の大小を問わず、それらの援助にあたっては、あくまで、本人が問題を解決する主体であるという視点にたつて、以下のようなアプローチで援助がなされることが望ましい。

(1) 治療的アプローチと予防的アプローチ

カウンセリング活動を効果的なものとするためには、援助・介入の対象、目的、方法の3点を考慮する必要がある。つまり、カウンセリングの対象として、個人、集団、機関・地域社会のどこに援助の焦点をあてるのか、カウンセリングの目的は、治療を中心とするのか、それとも予防や開発に重点を置くのか、カウンセリングの方法として、直接的援助が必要なのか、コンサルテーション、もしくは情報提供が効果的なのか、これら3つの視点からカウンセリング活動をとらえなければならない。

青年の異文化適応の援助・介入活動として、表1を提案したい。これは、(1)治療的か、予防的かの活動内容の目的の違い、(2)個人に焦点を当てたのか、集団レベルの取り組みなのか、社会的なレベルも含んだ取り組みなのかの3つの援助・介入レベルの2次元で6種類の活動に分類を試みたものである。

この枠組みによると援助・介入の対象は、カウンセリング活動で行っている対象設定と重なるが、Bronfenbrenner (1979)の生態学的システムと組み合わせ、個人、個人と集団、個人と集団と社会の3つのレベルを想定している。

表1 青年のための援助・介入活動(井上, 2001a を改訂)

援助のレベル	生態学的システムの場面	活動の性質と具体例	
		(a)治療的活動	(b)予防的活動
(1)個人に焦点をあてた援助	マイクロシステム	(1a) ●個別カウンセリング	(1b) ●自己理解の心理教育 ●オリエンテーション
(2)個人+集団への	マイクロシステム&	(2a)	(2b)

直接的介入	メゾシステム	● グループカウンセリング ● グループワーク	● アサーショントレーニング ● 予防教育・心理教育 ● 集団創造活動
(3)個人+集団+社会への構造的介入の各システム	マイクロ+メゾ+エクソ+マクロシステム	(3a) ● 紛争解決 ● 集団間の調停 ● 諸機関の間の連携 ● 地域社会政策	(3b) ● 集団創造活動 ● 地域社会の啓蒙 ● 地域計画・制度 ● 政策の改善

(2) 予防的アプローチから発達のアプローチへ

表1では、活動の目的・性質を表すために「治療」と「予防」という医療モデル(5)による分類をおこなっている。しかし、Blocher(1966)も指摘するようにカウンセリングの最終目標は人間の成長・発達を促進するという考え方でカウンセリングの世界は大きく転換してきている。すなわち、環境に対して、病気や欠点を克服することにより「消極的に」適応するというだけでなく、人間の可能性を発達させるという積極的な適応観に向けてパラダイムの転換が行われてきているのである。表1の治療・予防という用語は発達モデルを医学用語によるメタファーとして受けとめていただきたい。

カウンセリングにおける発達のアプローチを提案したBlocher(1966)の“Developmental counseling”というタイトルは「開発的カウンセリング」と訳されている。澤田(1972)は介入(intervention)がBlocher(1996)によって重視されていることに注目して、developmental counselingを開発的カウンセリングと訳することの正当性を主張している。日本語の開発発ということばには、確かに対象に働きかけて対象をより発展させるというニュアンスを含んでいる。しかし、「開発」という単語は働きかける対象(クライアント)があくまでも主体subject(カウンセラー)に対する客体objectであって、クライアントの自律性のニュアンスが弱まるという印象のある語である。カウンセリングの主人公はクライアントであり、援助・介入者はあくまで脇役だと考える立場と矛盾する表現である。

「発達の」カウンセリングという表現は、自己実

現する主体がクライアント自身であり、カウンセラーなどの援助・介入者はそれを援助する立場にあるという意味合いが強調される。本研究で発達のという表現をとっているのは、まさに主体は誰なのかという問題について、クライアントが発達の主体であることを基本としているからである。カウンセリングとは、本人がそのまま放置されては達成できない発達上のつまずき、あるいは障害を乗り越えるために、本人に対して少し手助けすることによって次の段階への発展を達成する。カウンセリング的介入は最近接発達領域にはたらきかける。カウンセリング活動が成功的に終了した時点は、本人が発達的水準の達成段階に移行した時である。

3. 青年の心理的援助の視点

青年のカウンセリングを考えた場合、以下のような視点が重要であると思われる。

(1) 発達の視点

発達のアプローチにおける援助の目的というのは、問題が起きたあとの対処・治療だけではなく、問題が起こる原因を遠ざけるという予防的アプローチだけでもない。青年に問題が生じたとき、その問題を解決したり苦しみを緩和するだけでなく、困難を発達の危機という観点からとらえ、次の自我発達への契機となる全人格的な発達の課題として援助を行うことが大切である。

(2) 総合的視点

自分自身の力で問題を克服できるような総合的能力をクライアントに身につけさせるようにするため

には、一対一の言語的カウンセリングだけではなく、多角的な総合的アプローチが必要である。援助者であるカウンセラーに求められる活動は実に多様である。たとえば、コンサルテーション、ガイダンス、アドバイス、スキル、情報提供、危機介入、心理アセスメント、アウトリーチ、他機関への紹介などの相談活動とともに、より広い心の健康増進活動もその範囲に入る。

(3) 構造的視点

青年の抱える問題は、むしろ日本の社会や文化に起因している場合も多い。問題解決と本人の援助のために、青年の直接的な生活場面だけでなく、マクロのレベルまで視野を広げて環境の要因を把握する必要がある。コミュニティ心理学の分野では地域や社会の中で援助を行うことが提唱されてきている。山本和郎(1995)はコミュニティ心理学の基本発想として(田)「悩める人の援助は地域社会の人々との連携の中で」、(月)「心理臨床の専門性の枠を広げ、新しいアイデンティティを確立する」、(火)「密室である相談室を出て、地域社会を土俵にした心理臨床の専門的援助をしていくには、伝統的心理臨床の発想からコミュニティ心理学的発想への転換が必要である」の3つを挙げた。個人へのアプローチだけでなく集団や組織や地域社会へのアプローチが必要で、心の治療だけでなく心の健康への予防的視点を強調し、クライアントに対する援助の責任は専門家のみが背負うのではなく地域社会の人々とともに背負うのであるという発想(コンサルテーションの発想)が強調され、問題を構造的にとらえる立場が表明されている。

(4) 人格発達の視点

発達の援助は人格発達の援助に他ならない。青年一人一人が人格発達をする主体として尊重されなければならない。台(1990)は、心理臨床の今後の立場について、(田)クライアントに問題を部分的に取り上げるのではなく、全体としてのパーソナリティの現れとしてとらえること、(月)クライアントと相互主体的に関わり発達を援助していくこと、(火)環境調整や社会的政策にも心理臨床の立場から、本業として、発言し役割をとって影響を与えていくこと、(水)心理

学的な概念に基づいて社会や人間をみて、それとともに心理学固有の概念(自己実現など)をとりあげるという専門性、の4点にまとめている。他のスタッフと協力しながら心理職固有の責任を果たすことが求められている。

しかし、個の重視、自己実現という考え方そのものが文化的なバイアスがあることを注意したい。西欧社会であれ非西欧社会であれ、個人は関係の中で生活し発達することには変わりはない。自我を個体主義的にとらえるのではなく、関係の中の個人、関係の中の家族、関係の中の組織などとしてとらえる観点が重要である(Sue et al., 1996)。

4. カウンセリング活動と生態学的システムにおける援助介入モデル

上述した視点から、青年の心理的援助にあたっては、伝統的なカウンセリング理論ののちで、クライアントとラポールをつけ信頼関係を基盤にした発達の視点でのカウンセラーとしての援助活動が基本となるが、それ以外にも、あるいはそれに代わって多様な役割が求められる。ここでは、青年を対象とした場合のカウンセラーの多面的な役割と生態学的システム(Bronfenbrenner, 1979, 磯貝・福富訳 1996)の諸場面における援助活動・介入活動のモデルとの関連について考察したい。カウンセラーの役割について、井上(1998e)は、以下に述べる14項目にわたり整理した。前項に加えて、以下の番号では(4)の専門家組織化、(7)の福祉援助、(13)の調整の3項目が新しく加えられた。本論文では、この14項目をふまえ、より包括的な役割論を提示し、それと生態学的システムにおける援助活動・介入モデルとの関係を明らかにしていきたい。

(1) 個別カウンセリング

相談室のなかで治療契約に基づき、作業同盟を結んでクライアントと心理面接と査定を1対1でおこない、クライアントの人格的発達と適応の援助を言語的・非言語的な活動による人間関係を通して実現していくのが個別的なカウンセリングである。1対

1のマイクロ・システム場面における介入である。

(2) 心理療法 (サイコセラピー)

サイコセラピー (心理療法、精神療法) は神経症の症状の除去など、患者の治療という実際的な目的をもって始められたものである。身体的療法によらず、心理的な方法を用いてクライアントのメンタルヘルスと人生の歩み方を援助しようとするものである。これも1対1の直接的・個別的なマイクロ・システム場面における介入である。

(3) 関係促進 (ファシリテーション)

ソーシャルサポート・ネットワークを本人が形成することが困難な場合は、カウンセラーがネットワークづくりのファシリテーターとしての役割を果たすことが特に求められる。本人が直接かかわるとその周囲の関係を構築する働きかけなので、関係系への介入すなわちメゾ・システムへの介入といえる。

(4) 専門家組織化 (リエゾン/ネットワーク)

村山 (1998) は教育現場への臨床心理の専門家の導入に際して、専門家同士のコミュニケーションと人間相互の結びつきを強化することの重要性を指摘している。これは、本人からの直接的働きかけとの関わりではなく、むしろ本人を援助するためのチームワークづくりであるので、外接系への働きかけ、すなわち、エクソ・システムでの介入と位置づけられる。

(5) 集団活動 (グループワーク)

グループワークを組織するグループワーカーとしての援助活動が効果的である。ASGW (Association for Specialists in Group Work, 1991) や Conyne, Wilson & Ward (1997) はグループワークが 1) 課題達成集団、2) ガイダンス/心理教育、3) 集団カウンセリング、4) 集団精神療法の4つの分野で有効であるとしている。なお、グループワークと心理教育の関係については第7章第1節で、すでに述べた。グループ・ワークは本人が直接的にかかわる場面を提供する点からいうと個別直接系すなわちマイクロ・システムでの介入であるが、そのグループ内での人間関係が新しい本人の場面として他の場面へ影響を与える場合は関係系をも変えることになるので、その場合はメゾ・システムへの介入ともいえる。

る。

(6) 仲介・媒介 (インターメデイエーション)

今日の日本は世代差・性差・地域差・価値観の差・文化差など多様な文化的文脈のなかで生きている。カウンセラーはいわゆる異文化間カウンセリング場面のみならず、多様なカウンセリング場面で異なった思考様式や行動様式、感情のあり方の差異の仲立ちをする仲介者 (インターメディエーター) の役割が求められる。晩年のロジャーズはグループエンカウンターの手法を用いて、集団・民族・国家間の相互理解と共感を促進させることにより地域住民の福祉、ひいては人類の共存・平和のために専門性を用いた (村山, 1993)。関係系への働きかけであるのでメゾ・システムへの介入である。それとともに、仲介された場面自体が個別的なシステムを本人にとって構成するので、この意味ではマイクロ・システムの創造である。

(7) 福祉援助 (ケースワーク)

ケースワーカーはそれ自身が福祉・医療分野で活躍する専門職であり、カウンセラーと隣接分野の専門職 (社会福祉士など) である。カウンセラーもケースワーカーとしての役割を担う場合もある。それは本人を実際の社会のシステムとつなげる役割である。ケースワーカーとカウンセラーは相互の理解と連携・協力が必要である。本人や家族の力からだけでは変革が不可能な外接的な場面へ働きかけるのでエクソ・システムでの介入である。それとともに地域や社会の制度的側面と関わるのでマクロ・システムの要素を伴う介入である。

(8) 情報提供・助言 (アドバイス)

カウンセラーはクライアントに生活上の問題解決のやり方や必要な情報を提供する役割がある。これは、カウンセラー本人が直接情報などを与える場合もあるし、他の情報提供機関や人物を紹介する場合もある。その場面自身が直接的なマイクロ・システムでの働きかけである。

(9) 専門家援助 (コンサルテーション)

コンサルタントとしての活動 (コンサルテーション) とは、クライアントとカウンセラー以外の第三者に働きかけて援助の効果を高める活動である。教

師と臨床心理士というように、専門的実践家同士の「職業的契約」に基づく「臨床心理地域援助業務」であり、近年問題になっている、学校カウンセリングにおいては重要な機能である(鶴養, 1995; 鶴養・鶴養, 1997; Yagi, 上林訳 1998, pp22~26); 山本和郎, 1986b, 1997)。これは、「専門家組織化」と同様に、本人に直接的に働きかけるのではなく、本人の援助者のエンパワメントや関係の調整に関わるのでエクソ・システムでの介入である。

(10) 代弁・権利擁護 (アドボカシー)

カウンセラーという援助者は、クライアントにとって何が最も必要かを理解し、それを他の個人・グループ・組織などに伝達する役割がある。クライアントにとっての「心の弁護士」の役割である。この活動をアドボカシーとよび、その行為者をアドボケートとよぶ(社会福祉におけるアドボカシーについては、バイトマン (Bateman, 1995, 西尾他訳 1998)。日本ではまだなじみのない概念だが社会とカウンセラーをつなぐ重要な活動である。アドボカシーは、本人の直接的利益の・幸福のために、社会的な働きかけをおこない、本人から間接的であるので、エクソ・システムにかかわり、また代弁による援助は社会や文化のあり方にも関わるのでマクロ・システムレベルの介入でもある。

(11) 社会変革 (ソーシャル・アクション)

Atkinson, et al.(1993)は、カウンセラーなどの援助者が、クライアントの社会環境を変革するための行為志向的アプローチをとることがあるとして、この役割をソーシャルエージェントと呼んでいる。クライアント個人やその集団が不当に抑圧されている場合、その変革をおこなうのは援助者としての責任ととらえる立場である。アメリカ・カウンセリング学会では、カウンセラーの重要な役割として最近提案されてきている仕事である (Lee, & Walz, 1998)。これもアドボカシーと似た概念であるが、個人の利益や健康よりも、集団とくに社会的に弱い立場にある人々のために、直接その生活世界の場面に介入するのではなく、本人たちが働きかけ不可能な外接系レベルでのエクソ・システムと、社会・地域・文化のあり方を問題にするという点で全体系へ働き

かけるマクロ・システムの問題でもある。

(12) 危機介入 (クライシス・インターベンション)

危機場面に直面した人がその危機から自分の力では逃れることができないような場合、その人に即効的・迅速に対応することによって危機を回避させるとともに、その後の適応を援助する危機介入 crisis intervention という課題がある(山本, 1986b, 1998)。花見・湊・水野・横田 (1998) は、留学生の危機的状況の特性、大学の留学生担当者による危機への対応、危機管理態勢の構築などをまとめた。その中でカウンセラーは、専門的なコア・スタッフとして位置づけられ、チームワークの中での役割が論じられている。危機介入の行為自体は、本人の直接系に働きかけるのでマイクロ・システムでの介入である。

(13) 調整 (コーディネーション)

コーディネーション、すなわち、調整することはカウンセラーの仕事のなかでも重要な部分である。スクールカウンセラーの場合、地域や学校や担任教師や同僚の教師や生徒や生徒の親や親の人間関係などを調整する仕事が重要である (Yagi, 1998, pp. 26-29.)。本人も含めて、育ち会う関係を創造するという、関係系に働きかけるメゾ・システムへの介入である。

(14) 心理教育 (サイコエデュケーション)

グループワークの一分野という意義のみならず、カウンセリング心理学者は多くの場合、教育の事業にもたずさわっている。カウンセリング活動の一分野としてだけでなく、従来の教育のパラダイムを超える試みとしてサイコエデュケーション、あるいは心理教育的グループアプローチによる教育が今後重要な意味をもってくると考えられる。グループワークの1種であるが、より教育的な側面をもち、それ自体が本人の発達の場合となるマイクロ・システムになるとともに、互助的・相互発達の新しい人間関係を本人に構成させる点ではメゾ・システムの側面も持つ介入である。

以上の14の役割と、生態学的システムとの関連を表2に示す。

表2 カウンセリング活動と生態学的システムとの関連 (井上, 2001)

カウンセリング活動の種類	生態学的システム			
	マイクロ (個別系)	メゾ (関係系)	エクソ (外接系)	マクロ (全体系)
(1)個別カウンセリング	◎			
(2)心理療法 (サイコセラピー)	◎			
(3)関係促進 (ファシリテーション)		◎		
(4)専門家組織化 (リエゾン/ネットワーク)			◎	
(5)集団活動 (グループワーク)	○	○		
(6)仲介・媒介 (インターメディエーション)	○	○		
(7)福祉援助 (ケースワーク)			◎	○
(8)情報提供・助言 (アドバイス)	◎			
(9)専門家援助 (コンサルテーション)			◎	
(10)代弁・権利擁護 (アドボカシー)			◎	◎
(11)社会変革 (ソーシャル・アクション)			◎	◎
(12)危機介入 (クライシス・インターベンション)	◎			
(13)調整 (コーディネーション)		◎		
(14)心理教育 (サイコエデュケーション)	◎	◎		

5. マクロ・カウンセリング的アプローチに関する事例研究

ここで、マクロ・カウンセリング的アプローチの実践例を述べる。事例1はある県立高校における筆者のコンサルテーション活動（成田，2000）の報告であり、事例2は「世界青年の船」の日本人参加青年におこなったカウンセリング活動（井上 2001）の報告である。

【事例1】ある県立高校の心の健康検討委員会3年間の総括

この事例は、筆者がある県立高校で年に数回のコンサルテーション活動をおこなったものである。その高校では、生徒の心理的適応の問題が頻出してきたにもかかわらず養護教員のみがその対応に追われていたことから、少しでも養護教員の負担を減らすべく数名の教諭も含めた「こころの検討委員会」を組織し、単なる生徒指導という枠を越えた精神保健という立場からの支援を目指したものである（鳴澤，1996）。ここでは、その「こころの検討委員会」が発足後3年間の活動をふりかえった報告書を転載する。ここにあるコンサルタントとは筆者のことであり、アンケートを採取すること、まとめ方なども筆者のアドバイスによるものである。この報告書をおして、間接的にコンサルタントとしての活動が何われるものと考え、同委員会の許可を得て、また、守秘義務を守りながら転載することにした。

（「こころの検討委員会活動報告書」より抜粋）

「心の健康検討委員会」が発足して3年がたちました。発足当時入学した10期生が、先日卒業しました。学校としての1サイクルが終了した時点でこれまでの活動を振り返り、総括をしておくことはこれからの委員会の活動をより充実させるためにも有意義なものであると考えました。そこで1月には先生方にアンケートを依頼し、高い回収率で御協力を頂きました。そのアンケートの集計結果も含め、以下に活動総括としてまとめてみました。これをもと

に、来年度の委員会にはより充実した活動を期待します。なお、最後になりました、アンケートへの御協力を感謝いたします。

I 発足の経緯－委員会設置提案時の職員会議資料より－

1 設置理由

物の豊かさや便利さは、人間の心の未熟さと欲望の肥大さを生み出してきたと言われていますが、この数年間、年毎に心を病む生徒が全国的に増加しています。本校においても例外とは言えず、心理的原因で起こる不登校、不登校にいたらない生徒でも心のストレスを抱えた予備軍、また情緒面に問題をもつ生徒は確実に増えています。

現在、問題を抱えた生徒への対応は担任・学年ですが、現状ではかなり担任への負担が大きいのように思われます。学校全体の問題としてとらえていくために、教師が単独で問題を抱えた生徒を背負うのではなく、一人の生徒に複数の教師が関わり、さまざまなフィルターで生徒をみていくことが大切と考えます。

そのためには、分掌を超えた組織づくりの必要性を感じ、下記委員会の設置を提案します。

2 名称

心の健康検討委員会

3 委員会の目的

(1) 問題行動（欠席・遅刻が多い、不登校傾向、精神・心理面の不安定、情緒面の問題等）の生徒を抱えている担任の教育相談活動を支援する。

(2) 養護教諭又は委員会等の要請により面接を担当し、生徒への対応を考える。

(3) 専門機関との連携

4 構成メンバー

教頭、生徒指導部教育相談係(1)、保健部代表(1)、各学年代表(3)、養護教諭 計7名

※状況に応じて、該当生徒の担任、精神科医又はカウンセラーがメンバーに加わる。

5 生徒指導部（教育相談係）との関係

※教育相談の機能については、一般的に下記のような内容が考えられる。

教育相談の機能	対象	教育活動への展開
予防・開発的機能	全ての児童・生徒	①児童・生徒理解、子供・保護者への関わり、人間関係の改善 ②生活指導・学習指導・進路指導 ③学校教育相談の組織と運営、相談担当者の活動、校内研修会と事例研究会
治療的機能	問題行動をもつ児童・生徒	①問題行動をもつ児童・生徒の理解と指導 ②専門機関との連携による指導

今回提案の「心の健康検討委員会」は、生徒指導部教育相談係との連携を保ち、上記の治療的機能の部分について検討し、具体的に活動していく。そのため教育相談係の代表がリーダーシップをとることが望ましい。

6 活動内容

- (1) 問題行動の生徒の状況を把握する。
- (2) 必要に応じて委員会を開催し、対応等について話し合う。
- (3) 状況に応じて、心理学・精神医学の専門家（精神科医またはカウンセラー）を交え、分析し指導を受ける。
- (4) 保健室登校等、長期になる場合の対応策についても協議していく。

7 今後の予定

- (1) 平成8年度4月より活動を開始する。
- (2) 精神科医またはカウンセラーへの交渉。
- (3) 謝礼の予算化。

II 構成メンバーの変遷

選出母体：教頭、養護教諭、教育相談係。保健部、第1学年、第2学年、第3学年

III 活動内容

1 X年度

(1) 年間10回程度の委員会を開催。主な検討内容は、

- ①カンファレンスの実施について
- ②不登校生徒等への指導に対する情報交換
- ③年度途中で欠課時数が法定時数の1/3を越える生徒に対する指導について：来年度へ継続

(2) カンファレンス

①第1回 7月9日実施

- Aさん（2学年）：不登校
- Bさん（2学年）：不登校
- Cさん（3学年）：家族関係、不登校
- Dさん（2学年）：良い子の息切れ

②第2回 12月17日実施

コンサルタントの講義を中心とした研修会
「本校生徒にみられる不登校（傾向）生徒への対処と指導について」－「良い子の息切れ」による不登校の臨床例をあげて－

2 X年+1年度

(1) 年間10回の委員会を開催。主な検討内容は、

- ①カンファレンスの実施について
- ②不登校生徒等への指導に対する情報交換
- ③年度途中で欠課時数が法定時数の1/3を越える生徒に対する指導について：教務との調整を行うが、明確な結論を出すに至らず。

④保健室登校について→98.3.5 職員会議提案

保健室登校について

心の健康検討委員会

1 定義 登校はするが、常時保健室にいるか、特定の授業には出席できても、その授業以外は主として保健室にいる状態。

(1) 不登校状態から立ち直って登校できるようになったものの、いきなり教室に入るのは強い緊張が伴うために、その前段階として保健室に登校する。(不登校→登校)

(2) 情緒の安定を求めて保健室利用を頻繁にしていた生徒が、保健室に心の安らぐ場所を見いだして保健室登校を始める。(登校→不登校)

(3) その他

2 目的

教室登校のための準備を目的とする。

3 指導方法及び内容

(1) 保健室登校中の指導については、本人の状況や他の生徒への影響を考慮し、学年団が養護教諭と連携し計画的に行う。

(2) 指導内容は、生徒の状況を考慮し弾力的に決定する。

4 留意点

(1) 保健室登校は出席時数には数えない。

(2) 事前に本人・保護者と十分話し合い、保健室登校の目的を明確に理解してもらう。その際、単位認定等についても誤解のないよう説明する。

(3) 生徒に「生活日誌」を記録させるなどして、生徒の所在を明確にしておく。

(4) 保健室登校の生徒が複数いる場合は、部屋を変えるなどお互いが悪影響を及ぼさないよう留意する。

(5) 適宜職員会議で状況報告を行い、全職員の共通理解を得る。

(2) カンファレンス

①第1回 7月9日実施

Eさん(2学年):外国人子女、学校不適応

Fさん(2学年):不登校

Gさん(3学年):昨年度より継続

②第2回 10月22日実施

Hさん(1学年):不登校、中学時にも若干不登校の傾向あり

Iさん(2学年):「学校に来たくない」

Jさん(2学年):継続

③第3回 3月11日実施

Kさん(2学年):友人関係

Lさん(2学年):摂食障害

Mさん(2学年):継続

3 X年+2年度

(1) 年間10回程度の委員会を開催。主な検討内容は、

①カンファレンスの実施について

②不登校生徒等への指導に対する情報交換

③委員会・カンファレンスに関するアンケート

④3年間の活動総括

(2) カンファレンス

①第1回 7月1日実施

Nさん(2学年):不登校

Oさん(1学年):外国人子女、人間関係

②第2回 12月14日実施

コンサルタントの講義を中心とした研修会

「学校コンサルテーション活動と心理教育の必要性」

IV 「心の健康検討委員会」に関するアンケート集計結果

【全員対象】45名提出(回収率80%)

Q1 「心の健康検討委員会」の設置についてお伺いします。委員会を本校に設置したことは

1) 有意義である……………24

2) 問題解決に役だった……………7

3) 好ましい……………11

4) あまり関心がない……………3

Q2 今後の委員会の方向としては

1) より充実してほしい……………27

2) 現状維持でよい……………14

- 3) 改善・変更するべき…… 2
- 4) 廃止…… 2
- 5) 無答(?)…… 1

【理由】

- 1)
 - ・問題をかかえた生徒が増加し、さらに対応が難しくなることが予想されるため、専門家との窓口が必要。
 - ・具体的なアクションにつなげられれば良い（ちょっときびしいけど施設見学とか…ムリカナ）
 - ・現在、県レベルでの実行が伴っていないので、代替がきかないから。
 - ・現状維持で十分という段階まできていない。
 - ・特定の生徒というよりも、その前段階として、担任がどのような心構えで対応したらよいかなどの学習ができるとうれしいです。
 - ・より多くの先生方に興味を持ってもらい参加してもらうように何か工夫はないか。
 - ・私の知る限り2年生の生徒が2～3人お世話になり症状が改善したため。
- 2)
 - ・まずは、職員が何らかの形でこの委員会に関わってから、方向性を決めてみてはいかががでしょう。
 - ・関心が薄いので。
 - ・参加したことがないので内容がよくつかめていないのが実状ですが、こういった組織は今後必要性が高まるのでは。
 - ・生徒理解の一助として位置づけるだけでよい。さらに踏み込んだ対応策を考えることは避けてほしい。学校の果たす役割は、学習の場を与えること。そのための環境整備は必要だが、個人的な事情に深入りするのは現体制では避けるべきだと思う。
- 3)
 - ・年間を通じたプログラムを作った方がよい。
- 4)
 - ・専門家に依頼する。
 - ・分掌とすべき。保健部に含めるか、別に部を設立する。委員会組織で取り扱おうと、同じ人間がいくつもの仕事をすることになる。
- 5)

・委員会の活動内容をいまひとつ自分が理解していません。

Q3 本委員会では、これまで学校外の精神科医師・サイコロジストに依頼し、問題事例に関する相談・コンサルテーションをお願いしていました。このことについて知っていましたか？

- 1) よく知っていた…… 20
- 2) 少しは知っていた…… 19
- 3) ほとんど知らなかった… 4
- 4) 全く知らなかった…… 2

Q4 上記のような、いわゆる”こころの専門家”への相談依頼は我が校（あなたも含めて）にとって必要だと思いますか？

- 1) きわめて必要である… 19
- 2) かなり必要である…… 18
- 3) やや必要である…… 5
- 4) あまり必要ではない… 2
- 5) 全く必要ではない…… 0
- 6) 無答…… 1

【理由】

- 1)
 - ・専門家がない。
 - ・教員の研修の場は是非とも必要である。日常の雑事に追われ、ゆとりがなく、我々にとって必要なことがおろそかになっている。
 - ・必要な生徒が多いので。
 - ・最近、ノイローゼ、不登校、高校生活不適應が増加している。
 - ・心を病む生徒が多いから。また、担任だけ、養護教諭だけでは専門的な面でのフォローが無理なこともあるだろう。やはり、割り切って専門家にゆだねることも結局生徒のためになると思う。
- 2)
 - ・専門家のアドバイスにより気が付くことがある。生徒指導の参考になったことがある。
 - ・本校は、相談の必要な生徒が多いのではないかと思うので。
 - ・対象生徒が増加した。

- ・生徒も教員もゆとりがないように思います。
- ・専門家でなければ対応が難しい事例があるから。
- ・ただし、自称”こころの専門家”はいらない。本当に実践に基づいて実績のある人に限るべきである。
- ・学校というものにとらわれていない（関係していない）人の意見は貴重であると思うから。

3)

- ・担任の指導・学年の指導方針のよりどころとして大切だが、学校・こころの専門家・保護者・生徒の四者を取りまとめて成果を求める方向に発展させてほしくない。全日制の学校は、自分の意志で登校する生徒のための教育機関と位置づけたい。
- ・”こころの専門家”にどのようなことをしていただけののか疑問なので、よくわかりません。

Q5 今後、委員会の活動について望まれることをお知らせください。

- ・委員会自体を立ち上げて、その活動を軌道にのせつつあることは画期的なことだと思います。但し、カンファレンスについては事例のない時にあえて開く必要はないと思います。
- ・本校の実状に沿う形で。
- ・”形”だけでなく”実”のある活動になって欲しい。
- ・カウンセラーよりも精神科医の話が聞きたい。『「病的」なものの症状はどのようなものなのか?』など。
- ・もっと広報活動をされてみては。
- ・名称を変えてはどうか。心の健康⇔心の病気という感じがしてあまり良くない。「教育相談委員会」とか生徒が目にしたときなどあたりさわりのないものにしたら。
- ・カンファレンスの際、委員会の先生方以外の方ももっと積極的に参加できるよう工夫していただきたい。
- ・無理に対象の生徒を上げなければならないのはつらい。
- ・共に余裕がない。
- ・やはり”専門家”が常時参加できるのが望ましいのですが……。

- ・さらに一步踏み込んで活動して欲しい。
- ・多くの生徒の心の悩みを、第一段階で養護教員がおおむね引き受けているので、先生の負担があまりにも大きいので、ぜひカウンセラーを置けるよう検討してほしい。
- ・ご苦労様です。
- ・これから必要性の高い委員会なので長く存続するよう希望します。
- ・普通科に比べて外国語科（特に）、情報処理科で欠席（遅刻、早退）が非常に多いことを統計にとり、何らかの問題提起には？（仕事量を増やしてしまいますが……）
- ・委員会に責任はありませんが、やはり忙しい学校なので参加してみたい気持ちがあっても都合がつかないことが多い。
- ・養護教員おひとりだけでは、多忙すぎて多くの生徒を抱えきれない現状があります。
- ・本当に必要な仕事だと思いますので、委員会でなく分掌として活動していただきたい。委員会のメンバーは他に自分の分掌の仕事をかかえているはずですから。

V カンファレンスに関するアンケート集計結果

【事例提供者対象】8名提出

Q1 ご自分の事例について相談されてみて、どのような感想を持たれましたか？

- 1 参考になった。
- 2 不登校生徒について相談したが、当時悩んでいたことは、
 - ①平常の範囲内の生徒で、学校で扱えるのか、又は専門的治療が必要なのか（精神的及び内科的治療）、その判断をどうつけたらいいのか。
 - ②無理に学校に来させてはいけないというのが一般的な考え方だが、担任としてどう指導したたらいいのかー進級、成績等の限界が迫っている。結局簡単な解決法などないのだと思いました。
 - 3 本人の心の悩みを、養護教員によりおおむね理解でき、四者（保護者・本人・養護教員・担任）で話し合いができた。特に保護者が理解してくれたの

が前向きに対応できたと思います。養護教員のすごさをあらためて認識させられました。

4 専門の医療機関にかかっていたら担任は指導や相談に余り深くかかわらないでもいいということで、心の負担が軽くなった。個人的に誰か（ex 養護教員）に相談して解決するというレベルから一歩踏み出して公的な場であるカンファレンスに提出することで関係者みなで対応するという意識が生まれ同様に心の負担が軽くなった。

5 担任として誰かに相談（それも学校外の方）することに安堵の気持ちがありました。しかし、最後まで「この生徒は病気なのか癒けなのか」という指標が自分の中で定められず、ひたすら生徒を信じるのみ……。何度も裏切られ、でもまた信じる、その繰り返しでした。

6 保護者への対応の仕方が非常に参考になった。

7 生徒に対する自分の見方が正しいのか否かを確認することが出来た。また、生徒理解に関する基本的な観察・分析方法を知ることが出来たのは有意義であった。

Q2 相談したことは、どのような面で役立ちましたか？あるいは、どのような面で役立たなかったでしょうか？

1 事前予防の参考になった。

2 自分自身に大きな見落としや誤りがあるわけではなく、時間をかけてじっくりと接していくしかないのだということがわかり、ある意味で励まされました。即効性のある解決法を心のどこかで期待していた面がありましたが、それは無理なことでした。

3 保護者の理解により各医療機関で検診した結果、本来なら登校拒否になるところを現在ではその心配がかなり無くなった。（これは成功例の代表的なケースだと思います）

4 正直なところ、誰かに相談することによって、精神的負担が減りました。しかし、本のようにカンファレンスの助言のように事は運びません。最終的にはやはり個々の状況に応じた指導なんですね。

5 保護者との協力関係を作るのに役立った。効果はすぐに現れたが、夏休みをはさんで元に戻ってし

まった……。

6 生徒に対する具体的な指導について、いくつかの選択肢を提示してもらえたのが役立った。

【事例関係者対象】5名提出

Q1 事例の関係者としてカンファレンスに参加されてみて、どのような感想を持たれましたか？

1 大変参考になりました。

2 大変勉強になった。コンサルタントの長年の臨床経験から得られた知識、洞察力に感心しました。検討委員を中心とした少人数の研修会でなく、もっと多くの先生に参加してもらったらと思った。

3 回数を増やして欲しい。

4 なるほど……。今までの指導が間違っていないことが保証（支援）された。

5 それぞれのケースにより対応も違い、また個々の生徒の事情も様々で考えさせられました。

Q2 参加されたことは、どのような面で役立ちましたか？あるいは、どのような面で役立たなかったでしょうか？

1 直接ではなく、カンファレンス後に先生とお話しさせていただき、相談したことで、先生の言葉が現在の生徒の状況（その後の）をある程度理解する上で役立っています。

2 学校現場での教師の関わり方はどうあるべきかなど参考になった。

3 生徒を見る目が変わった。

4 学年の担任の指導。

5 直接、自分の指導に役立てる場面はなかったが（不登校など）広い面で生徒と接する時の参考になりました。

Q3 今後、委員会主催のカンファレンスのやり方・内容などについて望まれることをお知らせください。

1 専門科の先生は、今後も来ていただきたいと思っています。

2 全教員を対象としたものにするべき。授業を短

縮するなどやりくりして年一回ぐらいは研修会（全体）を行うべき。我々の長い教員生活の中のどこかでできっと役立つはず。

- 3 PRに努めて欲しい。
- 4 生徒の長所を把握する方法を紹介して欲しい。
- 5 あまり人数は多くない方が良くも。

VI 総括

0 アンケート結果を中心として

- (1) 委員会やカンファレンスの存在はかなり認知されている。
- (2) 委員会やカンファレンスの必要性についても多くの賛同が得られている。
- (3) 事例提供者に対しては参考になったが、即効果が上がったような事例は少なかった。
- (4) 該当担任は自分の指導について間違いがなかったことの確認など、精神的な負担が減ったなどの効果があった。

1 組織

現在のメンバー構成は、人数・選出母体とも現状においては適切であると思われる。

2 目的

委員による生徒に対する面談活動は、養護教諭以外ほとんど行えなかった。生徒指導部の教育相談系の充実を図り委員会との連携を密にすることによって改善されると思われるが、残念ながら現状の人員配置では無理だと思われる。

3 活動内容

- (1) 現在は、カンファレンスの実施を軸とした活動となっている。
- (2) 「保健室登校」について、了解事項をまとめ職員会議にて確認された。
- (3) 関係機関との連携については、担任と養護教諭との間で行われている。

4 今後の課題

- (1) カンファレンスにおけるコンサルタントの確

保の困難化→欠点もあるかもしれないが、複数年の契約が可能ならば継続してみてもらえるという大きな利点がある。そうすれば、カンファレンス時以外での相談も可能となる。

(2) 委員会設置の大きな理由の一つに、養護教諭の負担を減らすということがあったが、若干は実現できたものの、まだまだ養護教諭の負担は大きい。→委員会組織では無理かと思われる。分掌組織としての取り組みにより、多少改善されると思われる。

(3) 年度途中で欠課時数が法定時数の1/3を越える生徒に対する指導について明確な指針がたてられれば、担任はかなり楽になると思われる。→教務との連携でなんとか方向性を出したい。

(4) 委員会組織としてはカンファレンス中心の活動にならざるを得ない。→カンファレンスのさらなる充実を図っていく。将来的には組織的に検討を加える必要があるかもしれない。

【事例2】「世界青年の船」参加青年へのマクロ・カウンセリング活動的援助に

筆者は、1999年度の「第11回世界青年の船」の指導官(カウンセラー)として、世界各地から乗船した参加青年たちとおおよそ2ヶ月間におよぶ船上生活を共にする機会を得た。船での生活は、まさに文化的背景を異にする青年たち同士にとって国際交流・異文化交流の場であり、それぞれの参加青年にとって、さまざまな人々や出来事と出会い、その乗船経験は、その後の人生にとっても実に大きな意味をもたらしたに違いない。それは、彼らと日々のプログラム活動や生活をともにした参与観察者としての確かな実感である。ただ、カウンセラーとして振り返ってみた場合、なかには、急激な環境(文化的・物理的・対人的)の変化に直面し、精神的なバランスを崩す参加青年もいたこと、そして、それらの参加者にいろいろな形での援助をおこなったことも事実である。

ここでは、2ヶ月にわたる「世界青年の船」の参加者であり、指導官かつカウンセラーであるという3つの立場から参与観察した経験をもとにしながら、

まず第1に、PAC 分析による事例研究を通して、「世界青年の船」での共同生活という青年期のインテンシブな異文化接触経験の意義について考える。第2に、指導官（カウンセラー）として関わった相談事例をもとに、異文化接触経験によってもたらされた心理的問題に対する援助の実際と課題について考察する。

カウンセラーとして乗船した筆者のもとには、船内活動が中盤にさしかかる頃から幾人かが船内生活上の苦しさを個別に訴えた。筆者は、それをうけて相談者の問題に応じた形での相談・援助活動をおこなった。

それら相談者の中には、「世界青年の船」といういわば異文化状況で共同生活をするを契機に、自己の内面的問題に直面し、強い不安と混乱を示す青年も認められた。彼らは、キャビンメイトをはじめ友人同士の支え、指導官やカウンセラーなどの援助を受けながら、下船の頃には自分なりの解決をはかり、その不安や混乱を乗り越えることができ、そういう自分に一定の満足を示したという共通のプロセスが認められた。ただし、なかには世界船の体験を契機に自分自身の心理的課題と取り組まざるを得なくなり、不消化なまま下船していったケースも認められる。

本節では、「世界青年の船」における相談事例をもとに、乗船中の異文化接触経験によってもたらされた心理的問題に対して行なった援助の実際について述べる。

(1) 事例 (H)

H は、船内でふとした折に話を交わすようになり、本人から「個人的に話したい」と面接を求められた。可能な限りプライバシーに触れないよう留意して、以下に面接の概要を示す。

第1回目 <漠然とした不安の訴え>

H は、船内で見かける姿は、外国人参加青年にも自分の方から話しかけ、音楽グループ活動にも参加するなど積極的なイメージを与えていた。乗船後

2週間ほど経ったある日、「個人的に話したい」と申し出があったときも、心の悩みを話したいという印象ではなかった。しかし、約束の時間をきちんと守って面接の場所に訪れた H は、船内で見かけるより物静かな物腰で、こちらの話をじっと聴くという姿勢を示した。はじめの話題は、今回の船の長旅に備えて持ってきた書物について話した。最近もつとも気に入って何度も読み返しているという神秘的な内容の本について、かすかに頬を紅潮させて熱心に語った。しばらく、その本の内容の神秘性について語りあったあと、なぜ、そのような神秘的な内容に惹かれるのかを尋ねた。H は少し考え、「船に乗る前からこの本のことを知っていて、船でならゆっくり読めるだろうと思って持ってきた。乗船したすぐはいろいろなことで忙しく、あまり本を読みたいと思わなかったが、だんだん何となく落ち着かないというか不安な感じがすることがあって、そんな時、この本を読むと落ち着く。この本の著者の神秘体験が納得いく」と自分に言いかけせるように語った。

筆者は、H が異文化接触の高揚期を過ぎ、漠然とした不安感を抱いているのではないかと感じた。そのことを本人に伝えたところ、「このごろ自分でも苦しいと感じていたので、どうしてもカウンセラーの先生に話したかった」と答えた。そこで、今後何回か面接をしていってはどうかと提案すると喜んで受け入れた。船内生活は多くのプログラムが決められており、通常の地上生活のリズムとは大きく異なるため、定期的面接を定めることをせず、本人が不安で話したいと感じたときに面接を申し込むという形を取ることにした。

第2回目 <PAC 分析導入>

第1回面接から3日後に再度電話により面接の申し込みを受けたので、同日面接をおこなった。主訴ともいべきものは、「自信がもてない」というものであった。乗船期間が短期であることと、カルチャーショックの状態であることが予想されることから、本人の状態を早くつかみ、本人の問題への理解を与える目的から PAC 分析（内藤, 1997）を導入することを提案し、了解を得た。この日は PAC 分

析を実施し、次回に PAC 分析の結果をめぐって話をすることを約束した。

【H の PAC 分析の結果】

[刺激語]「船のなかでの自分のイメージ」

これは、H が船の生活で「自信がもてない」ことを主訴としていることから、その原因を本人に気づいてもらうことを目的として設定した。

[反応語]

+①シェア +②音楽 +③楽しむ +④勇気
+⑤笑い +⑥本当はやりたいこと +⑦ギター
+⑧もっと触れ合いたい +⑨元気
+⑩流されないこと 0⑪波 —⑫緊張 —⑬怖れ
—⑭恐怖 —⑮見栄をはる —⑯ふりをする

【本人との結果の解釈】

H は、船の中の自分のイメージについて、「劣等感」と「分かち合うよろこび」の2つのイメージとしてとらえた。「劣等感」の下部イメージとしては<疎外感>と<したいのにできない>があり、<疎外感>は”楽しくない”と”一つになること”というイメージから成り立っている。この点に関して、H は、「自分のなかだけで一つになっても楽しくない。人がいないから」と<疎外感>の意味を説明した。H の自分のイメージのほとんどは、”劣等感”、”疎外感”、”怖れ”、”恐怖”、”緊張”などの強い不安感情であり、”分かち合いたい”、”シェア”したいと願っているが、”したいのにできない”という矛盾した船での自分の状態が明確に示されていることを確認しあった。

第3回目 <PAC 分析フォローアップ>

PAC 分析の結果から、本人のいう”自信のなさ”が本人の核心部分に触れることであることが示唆されたため、その点についてじっくり話を聞いた。世界船に期待をもって乗船し、多くの外国人との交流は刺激的であるが、同時に自己表現できない自分と向き合わざるをえなくなって劣等感や苦しさを感じていること、しかもうまく自己表現ができていない日本人をみると、自分への自信のなさが倍加されることが堰を切ったように話された。そして、本人の劣

等感・不安感について語るうち、母親との幼児期からの関係について本人の口から語られはじめた。自分の劣等感と母親との関係については、本人も船に乗るまで余り考えに及んだこともなかった問題であることが確認した。また、今回の PAC 分析でこの点が生かされたことが本人にはむしろ驚きであり、「実は・・・」とかなり前から摂食障害の状態であったことも合わせて語られた。

第4回目 <幼少期の母親との関係について>

幼児期に経験した、ある母親との出来事がその後の H の大きな問題として残っていることが考えられた。そこで、母親に対する自分の感情に焦点をあてて面接をおこなった。この回において、主訴とする「自信のなさ」が幼少期からの母親をめぐる不安感と関連することが示唆されたため、このこともかなり時間をかけて話し合った。

第5回目 <バレンタインデーでの関わり>

事例 H とは、面接時以外にも船内でのプログラムで出会ったりした折に、短い会話をすることもあり、それらの機会を活用しながら関係を深くしていった。そんなとき、ちょうどバレンタインデーの企画があり、日頃気持ちを伝えたい人にメッセージを届けることがおこなわれた。H は筆者にきれいなカードに感謝の気持ちをこめたメッセージを贈ってくれた。そこには、自分の長い間の心の悩みを聞いてくれたことへの謝辞が述べられていた。

第6回目 <船内の人間関係への気づき>

母親との関係の話し合いとバレンタインデーの話から、本人はこれまでの人間関係のとり方を語りだした。どうしても他人を心から信頼できないこと、そのためいつも自分の本心を出さないよう、気付かれないように振る舞うことが語られた。船内での人間関係ではどうなのかと問いかけると、H の乗船して以来の不安や自信のなさや深い関係にあることが本人にも認識された。具体的にどのようなすれば良いかについて、そのスキルについて話し合った。

第7回目～数回 <さまざまなカウンセリング的活動>

この時期は何回かにわたって短い面接や、船内プログラムで出会った時のカウンセリング活動の時期である。いわゆる面接室での話し合いにとどまらず、電話連絡やともに音楽活動をするなど場所や媒体を変えての接触であった。これは、船という環境でこそ可能な有効な方法であったと思われる。この時期に、課題としたのは、本人の対人関係のとり方への具体的スキルの教授と摂食障害への対処であった。

最終回（下船直前）

Hの抱えた母親との問題については、「下船後、母親と子どもの頃からの自分の想いを話し合ってみたい」との本人の意欲を引き出したことで、根本的な解決には至らないまでも一応の落ち着きをみせたとと思われる。船内で苦しさを伴った人間関係については、「これからも自分自身で取り組んでいくことが、大人として成長していくことだとの自覚を得た」と語った。

（2）事例（R）

前述の事例Hに続いて、この事例Rも自分で「カウンセラーと話したい」と連絡してきたケースである。電話で面接時間を設定し、夜間に面談の時間をゆっくりとった。

第1回目 <本人の訴え>

「もう何年も前からカウンセラーに出会う機会があったら聴いてもらいたいことがあった」と、来談の理由をすぐに語り始めた。それは、子どもの頃からの母親の自分に接する態度についての疑問であった。Rは、母親を立派な人だと思うが許せないものがあることを疑問に感じてきたという。

筆者は、本人には母親に対する怒りの感情が処理できていないと感じた。そのことをフィードバックする（感情の反映）と、Rはとても意外だという表情を見せた。そこで、次回にPAC分析をおこない、もう少し母親とのことを考えてみることを提案した。

第2回目 <PAC分析導入>

刺激語を「母親」ということでPAC分析をおこなった。そこで出た母親のイメージは、「苦勞」、「奉仕」、「模範」、「気にかけてくれるけど、はみ出してしまう」というものであった。筆者はPAC分析の反応語に示された母親イメージには、「自己犠牲」、「模範」、「奉仕」、「忍耐」、「勇気」、「信頼」、「支援」、「味方」などの観念的なイメージはたくさん見られるが、R自身の母親に対する愛情のある表現が皆無であること、具体的な母親との絆を示すような思い出などの表象が認められないことに気づいた。そのことをめぐって話し合いをすすめると、Rは、他の病弱の兄弟姉妹の面倒をみる母親にずっと不満と寂しさを感じてきたが、立派な母親には決して文句を言えなかったこと、優秀な長子の役割を演じなければならなかった苦しさを語った。

第3回目 <家族への感情の気づき>

Rは、「大人になってしまった現在、母親に甘えたいとは思ってはいない。事実、何かしてもらっても単なるおせっかいとしか感じられない」と現在の母親との関係を語った。筆者は、Rの幼少期からの母親との関係、怒りと依存・甘えの感情に気づくことの意味と一緒に話し合った。この面接を通して、母親のことを語る時のRは、明らかに硬さを示す表情から柔らかな表情へと変化を見せた。とともに、前回は語られなかった他の兄弟姉妹とのある”事件”について、「自分に責任があると自分を責め、その事件に立ち向かわなければならなかった家族のあり方と自分自身をもずっと許せなかった」としみじみと話した。そして、「しばらく考えてみたい。下船の前に、もう一度話したい」と約束した。

最終回 <家族との話し合いと将来展望>

約束通り、Rとは下船直前に面接をもった。Rは船で、「海を見ながら、それはそれは長い時間をかけて考えてみた。いろいろなことを思い起こし、自分の感情にも素直に目をむけてみた。世界船は家族から離れるという意味もあった。将来も見えないと感じていた。でも、下船したら、家族と自分が長く苦しんできた”事件”にまつわる想いについて話し

合ってみる。そのことがかならず、自分の将来を決定することとも深い関係があるような気がする」と語った。

(3) 事例 (O)

O は見るからに育ちが良さそうで、賑やかに展開されるグループディスカッションにおいても静かな態度が一貫して変わらない姿が印象的であった。エクアドルに寄港した夜に面接したいと希望された。かなりせっぱ詰まった感じを受け、すぐに夜間の面接をおこなった。

第1回目 <強いカルチャーショックによる混乱>

O は会うなり、「今、混乱していて何も手につかない状態なんです」と話し出した。混乱の意味を尋ねると、「エクアドルに行く前、自分はものすごく期待していました。でも今日行ってみると、あの港の周りの地区の貧困地区の様子は目に余りました。あまりに想像以上の貧困に、同じ人間として自分はこのまま見過ごしていいのか。今まで国際交流と考えてきたことは一体どんな意味があったのだろうか。分からなくなっていました・・・」と一気に話した。

エクアドルに寄港する前には、事前学習の機会がありエクアドルの経済的・政治的知識は与えられていた。つまり、エクアドルがエルニーニョ現象の影響で農産物生産が不作のため、多くの農業従事者が都会に流入した結果、港の周囲の水辺付近に一大貧困地帯ができあがっていることは参加者全員が知っていたことである。この点についてOにたずねると、「確かに知っていました。でも、この目でみると想像とは全く違ったんです。ショックなんです・・・」とあとは、唇を結んでしまった。

その日は、Oの精神的ショックを受容し、身体的な疲れを癒すようにと話し、翌日から何回か集中的にカウンセリングを行なうことと、その方法について申し合わせた。

第2回目 <グループ・アプローチ>

翌日おこなったカウンセリングの形は4名(筆者

を入れて)というグループ・アプローチであった。これは、Oの前日の話のなかで、しきりに他の人はショックを感じなかったかどうか知りたいという想いが繰り返されたからである。自分自身で尋ねるように勧めたが、「自分ではとてもできない」ということで、こちらが小グループの話し合いを提案するとそれに応じたためである。

あとの2名の参加青年は筆者が適切だと判断し、エクアドルの体験を共有したい人がいるので協力を仰ぐという形で加わってもらった。Oへの了解も取りつけて、午後のお茶の時間に設定した。筆者がファシリテーターの役割をとった。2名が積極的にエクアドルで感じたことを話し始めると、Oも前日筆者に話した内容を、もう一度自分でも確認するように話した。話の焦点は、エクアドルの貧困地帯を目の当たりにしたショックと、自分が直接何も力をかせないことの無力感についてであった。

かなり話しあってから、「これから日本人の私たちにも何かできることがあるだろうか」という問題を話していくようにファシリテートしていった。他の2人が「今すぐには良い方法が見つからないけれど、きっと何かできることがあるはず。これから船のディスカッションでも考えていこう」という発言をすると、Oは、「そうですね・・・」と小さい声ながら頷いた。

第3回目 <ピア・カウンセラー>

グループの話し合いがなされて2、3日経ったころ、Oは以前からよく行動を共にする姿が見られていた友人Tとともに面接にやってきた。聞けば、前回、自分以外の人の考えを聞いたことで、ショックからずいぶん立ち直ることができた。友人と一緒に考えていくことがとても良いと思えたので、Tにそのことを話し、Tもすすんで面接に同行してくれたのだという。

筆者もエクアドルで受けたショックが単なるカルチャーショックの強さだけではない、O自身の個人的な問題とも関連する深さを感じ取っていたので、そのことを2人に了解できるように話した。Oは、そのとき思い出したかのように、高校時代に抱いて

いた複雑で深刻な問題を乗り越えてきたというエピソードについて語った。

T は O のピア・カウンセラーとしてふさわしいと判断し、ピア・カウンセラーとしてのオリエンテーションをおこなった。

第4回目～数回 <O とピア・カウンセラーとともに>

それ以後、短い時間を含めれば数回、O とはピア・カウンセラー役の T とともに3人で話しあった。O は T とともに早朝の散歩をしながら話したり、いろいろなプログラムに参加したりしながら、徐々に元気さを取り戻していった。

最終回

下船直前に O と最終の面接をおこなった。船に乗ってからの振り返りでは次のように語った。

「乗船直後は、期待感から非常に高ぶっていた。それと、閉ざされた船の空間だからストレスが高まりそうでとても不安だった。実際船酔いも加わり体調は良くなかった。ただ、ソロモン・トンガ・タヒチと今まで行ったこともない未知な国に行けるという嬉しさが出てきた。寄港地活動で自由な活動ができるようになってきた頃には、新しい経験ができるということで気分も良くなっていった。

エクアドルに行く前は、これから大陸を訪問するんだという期待がものすごく大きかった。その結果、あのようなショック状態になったわけだが、そのころからは、船の生活のなかで閉じこめられて自分が何事にも受け身になっているのが感じられた。言われるままに動くという感じで、快適ではなくなっていった。アカプルコでは観光地だし楽しかった。ただ、ラテン系の参加青年との別れが心準備ができていなくて、自分の中でうまく消化できなかった。自分へのもどかしさが強く感じられた。最後のハワイからの10日間は”しんどい時期”と”楽な時期”の見分けがつくようになってきたと感じる。”ここまではできること”、”ここからはできないこと”という見極めができるようになった気がする。エクアドルのあたりまでは、何でもできることはやろうと

無理をしていたのかもしれない」

O は以上のように、自分が乗船以来どのように過ごしてきたかについて振り返りをおこなった。しかし、自己への洞察の深まりに関してはまだ十分とはいえず、家族との問題の解決や将来の自分の進路への展望もまだ明確になっていないと感じられた。

(4) 事例 (N)

N はいろいろな船内活動にも積極的に参加し、親しい日本人参加青年にも恵まれ楽しそうに過ごしていたことが観察されていた。しかし、ある時期から元気のない表情をしている様子が伺えたので、出会ったときにそのことを告げると、「えっ、わかりますか?」と驚きを示し、その後、「話したい」と申し出たケースである。

N の主訴は、強い身体に関わる不安感であったが、本人の希望で、面接室でのカウンセリングは行なわなかった。身体的緊張とも関連すると考え、一緒に朝のヨガ体操をおこなうといった形でカウンセリング活動をおこなうこととしたのである。早朝、船の甲板でゆっくり身体を動かしながら N の話を聞いていくことを通して、N は優秀なキャリア職員として働いてきた自信が、英語というコトバの障碍やノンバーバルなコミュニケーションもうまくとれないなかで崩れはじめたころから、自分の身体へ注意が向かいはじめ、自己臭を出すのではないかと怖れはじめた経過を語っていった。N へはボディワーク的アプローチが効を奏したこともあり、だんだん自信と元気さを取り戻していった。

以上の4つの事例に共通することは、船内で現われた心の悩みの起源をたどると、それが乗船前からすでに、存在していた問題から生じていたということである。換言すれば、彼ら・彼女らが船上の生活へとこれまでの人間関係から「根こぎ」状態 (Erikson, 1964/ 1971) になり、新しい対人関係を築く課題に直面したときに顕在化した問題である。「世界青年の船」での異文化接触と共同生活は自己の悩みを振りかえさせるといった新たな危機(危険と機会)を彼ら・彼女らに提供したのである。事例1