

（寄稿）

スクールカウンセラーと心理教育

～チームの一員として心理教育を展開するために～



永浦 拓 (ながうら ひろむ)

北海道教育大学大学院教育学研究科高度教職実践専攻（教職大学院）准教授

北海道札幌市生まれ。兵庫教育大学大学院を修了後、兵庫県公立学校スクールカウンセラー、神戸医療福祉大学社会福祉学部講師、同准教授を経て2023年より現職。学校における臨床心理学、特にストレスマネジメントやインターネット依存等の予防プログラムの開発と実践が専門。博士（学校教育学）、公認心理師、臨床心理士。

1 はじめに

平成22年以来、12年ぶりに改訂された生徒指導提要（文部科学省，2022）では、生徒指導を2軸3類4層に構造化し、その中でも常態的・先行的（プロアクティブ）な生徒指導として、全ての児童生徒を対象とした課題未然防止教育を、専門家等の協力を得ながら実施することが重要であると示されている。このような課題未然防止教育のひとつとして、これまで医学や心理学の知見からは、心理教育プログラムの開発および実践研究がなされてきた。しかし、学校教育の現場における実施状況は、学校裁量や教育委員会からの推奨に留まっており、さらなる展開のためには、実施にかかわるスクールカウンセラー（以下、SC）の資質向上が喫緊の課題であると報告されている（日本臨床心理士会，2022）。

筆者はこれまで、2011年よりスクールカウンセラーとして、公立の小中学校にて活動する中で、学校における心理教育プログラムの計画および実践に複数携わってきた。本稿では、SCと教員および学校との連携による心理教育プログラム実践（以下、プログラム）について紹介しながら、今後プロアクティブな生徒指導の効果的な展開のために、SCに求められる資質・力量について述べる。

2 ニーズの把握とアセスメント

まず、プログラムの実施にあたっては、対象となる学級・学校が抱えている課題や、教員がねらいとして身につけさせたい資質・能力がどのようなもの

であるかについて、把握することが重要である。中には、管理職やSC担当から「SCの先生にお任せします」、「先生のやりやすいもので構いません」といった依頼を受けることもある。これは、多忙な学校現場で、教職員が心理教育に関する理論や実践例を学習する時間や余裕がなかったり、過去の実践経験が少なく、専門的なことは専門家に正しく教育してもらいたいという思いが影響していることが多い。そこでSCは、個別面接以外の場面で児童生徒の様子をアセスメントしておくこと、実施対象の学級や学年の教師からニーズの聞き取りをしたうえで、適切なプログラムの提案を行うことが望ましい。また、近年はどのようなプログラムを行うかの指標となる尺度なども開発されており（寺戸ら，2019・2020など）、客観的な視点からのニーズ把握と提案も可能である。

3 プログラムのアレンジ

今日、プログラムの授業案や実践例がまとめられた書籍が多く発刊されてきている。しかし、学級や学校の風土によっては、既存のプログラムの通りの実施が難しいことも少なくない。そこで筆者は、それらに応じたプログラムのアレンジを、教員とSCの協働で行ってきた。本来、心理教育は内容としては医学や心理学をベースに構成されているが、実際には学校における「授業」のひとつとして展開される。授業の開発および実践の理論については、教育のエキスパートである教員から学ぶことはとても多い。

永浦（2020）では、プログラムの授業案の中で、教員が気になる点の例として、グループワークの人数、児童生徒の書く作業や考える作業のスピードの違いへの配慮、本時の目標などの児童生徒の心に残りやすいキーワードを挙げる、ワークシートで知識面の復習を行うといったものが挙げられている。このような教育方法に関するトレーニングは、心理職を養成する課程で学ぶことはまれである。SCは、プログラムの本来のねらいが損なわれないよう留意しながら、教員の視点から見たプログラムの改善点について尋ね、協働で内容を検討することで、プログラムがより効果的に行われるようにつとめなくてはならない。また、実施後の効果検討、さらには授業内容を日々の教育活動の中でどのように活用していくか（般化させていくか）についても、分析と提案ができなくてはならない。さらに今後は、心理教育そのものだけでなく、授業を効果的に展開させる教育方法に関する理論や技術についても、養成課程のカリキュラムないしは自己研鑽のための研修会などで学ぶ機会が設けられることが期待される。

ニーズの把握・アセスメントからアレンジ、今後の検討までの流れを図1に示す。特に学校規模が大きい場合や、相談業務が多い場合などは、SCが勤務時間内にプログラム実践を行うことが難しい場合も少なくない。そこで、プログラム実践は教員が主導で行い、SCはバックアップに回るなどといった、タイムマネジメントの観点から実践方法を変えるなど、学校の実情に応じた柔軟な姿勢が求められる。

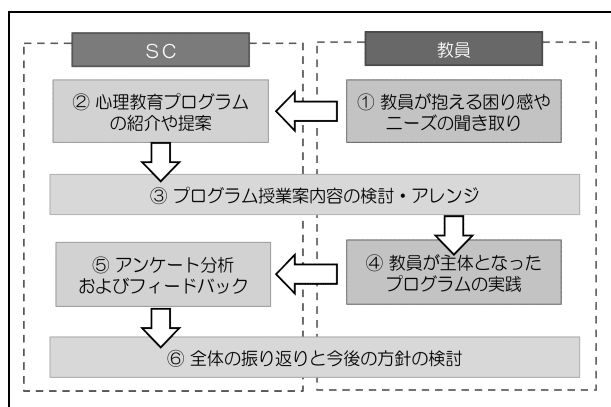


図1 心理教育プログラム実践の流れ（例）（永浦，2020）

4 科学者としての視点からの提案

わが国の教職員は研究に努めなければならないことが教育基本法によって規定されており（「教育基本法」（教員）第9条），さまざまな校内研究や課題研

究が行われているが、教職員の学校における研究とSC活動との関連については、ほとんど報告が見当たらない。筆者は、SCとして勤務している公立中学校において、教職員の依頼を受けて、自治体との協働によるストレス研究およびプログラム実践を行った（永浦・富永，2017）。その中でSCは、教職員の問題意識や取り扱いたいテーマをもとに、関連する研究等を紹介や、その分野に関する教職員研修を実施した。また、プログラムの効果の検討においては、研究デザインの提案や得られたデータの分析を担当し、研究を担当する教職員チームにフィードバックを行った（図2）。研究に携わった教職員へのインタビュー結果からは、客観的な指標をもとに、研究の成果をより詳細に理解することができたこと、また臨床心理学の理論に触れることで、自身の生徒指導のあり方や、子どもを理解する際の視野が広がったことなどの肯定的な変化が示されていた。

今日の本邦における心理職（特に臨床心理士）の養成においては、1949年にアメリカにて提言された「科学者－実践家モデル」（scientist-practitioner model）に基づいた教育が多く採用され、主に大学院教育において、観察、記述、推論、仮説検証、理論構築の過程を学び、教育・研究・実践という3つを実践できるためのトレーニングが展開されてきた（松見，2016）。臨床心理学の専門性は、実践や教育のみならず、研究もその重要な要素であり、臨床心理士、そして2018年に誕生した国家資格である公認心理師、いずれの養成課程においても、心理学研究や統計学といった研究に関する科目の履修、大学院進学をした場合は（臨床心理士においては、指定大学院の修了が資格取得の必須条件である）、修士論文の執筆や臨床心理学的研究に関するトレーニングを受けており、SCは心理学研究者としての科学性を専門性として備えている。SCもチームとしての学校の一員であると考え、その専門性を生徒指導や教育相談等に関連する研究活動に生かすことは、生徒指導上の問題や心理的危機の予防および解決のための一助となると考えられる。

5 学校を越えた地域への発信・啓発

学校教育は、教職員はもちろんのこと、保護者や校区内外に住む地域の方々の協力によって行われている。SCの地域に向けた援助活動としては、学区の

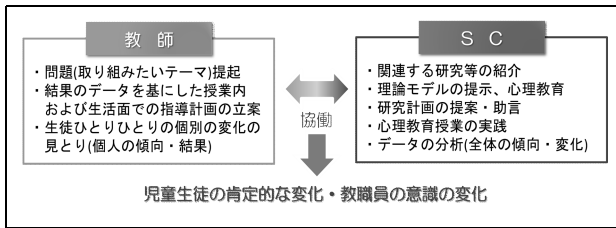


図2 SCと教員との協働による研究実践(永浦ら, 2017)

連絡協議会やサポート会議への参加などが挙げられるが(小林, 2018), 今後はプロアクティブな生徒指導の実践として, 地域に向けた心の健康に関する正しい知識の普及や教育に, SCも関与していくことが求められるだろう。その実践例として, 筆者ら研究チームと教育委員会の協働により実施された「ゲーム依存未然防止のための児童生徒アンケート」およびその結果をもとにした実践を紹介したい。

筆者は, 当該自治体において5年以上SCとして活動していたが, 2010年代後半より, インターネットやゲームへの依存が原因による学校不適應の問題がみられるようになり, どのような支援が効果的かについて, 教職員と頭を悩ませていた。そのような中で, 2019年, 国際疾病分類の第11回改訂版(ICD-11)にて, 新たに「ゲーム障害」を疾病として正式に集約された。また2020年には, 新型コロナウイルス感染症の流行に伴う学校の閉鎖措置や不要不急の外出の制限などが, オンラインゲームの児童生徒への普及を後押しするかのようになり, ゲームの利用に関する相談や問題が学校現場で増加した。一方で, 子どもたちが学級内で話題にする内容の多くが, オンラインゲームやYouTuberの配信に関するものになっていることや, コンピュータゲームの競技である「eスポーツ」において未成年が活躍していることなどから, 教職員からは「単純にゲームは悪いものであると規制することは, 現代社会の流れにはそぐわないだけでなく, 子どもたちの楽しみや可能性が失われてしまう可能性があり, 難しいのではないか」という声が挙がっていた。筆者は「ゲームをプレイすることを, 日常生活に支障をきたさずに, 上手くコントロールしていく」という, ストレスマネジメントの観点やインターネットに関する特徴的な考え方(認知)の影響について仮説を示した。協議の結果, ゲームへの依存に陥る児童生徒の心理的特徴を明らかにし, 予防的なかかわりについて検討するために, 筆者と教育委員会の共同によるアンケートの

実施を行った。その結果, 問題のあるゲーム利用が疑われる者の割合は, 小中学生全体で7.3%と, 同じ指標を用いた大学生の調査結果を上回る数値であった。この結果は, 日本アルコール・アディクション医学会学術総会において報告がなされたが(永浦ら, 2022), 医療関係者からは, 臨床の場面では出会うことのない子どもたちに, 多くの問題が生じていることを裏付ける結果として, 驚きの声が上がった。

次に, これらの結果をもとに, 筆者らは児童生徒および保護者に向けたリーフレットの作成と配布を行った。リーフレットには, 本調査の結果の概要に加え, ゲーム依存の予防のためのヒントについてまとめた(永浦, 2022)。当リーフレットは, 学校を通して全児童生徒に配布されたほか, 自治体の教育委員会のホームページから閲覧およびダウンロードが可能となっている^{※1}。

さらに, ゲームへの依存に陥る児童生徒の心理的特徴として明らかになった, ゲームを断ることで友人関係が悪化するのではないかと不安や, ゲーム以外のストレス対処レパトリの少なさ(永浦ら, 印刷中)へのアプローチとして, いくつかの学校において, アサーショントレーニングやストレスマネジメントなどをベースとしたプログラムの作成および実施を, 教育委員会および各校の生徒指導担当などとの協同により実施した。教育委員会の計らいにより, それらの取組は, 自治体の広報誌に特集として掲載された^{※2}。

このように, ひとつの課題に対する取り組みを学校内のみならず学術団体, 地域社会に広く公表することは, 学校を越えた社会全体で, プロアクティブな生徒指導に対する意識向上に寄与するものと考えられる。そのためにSCは, その専門的知識を教育関係者だけではなく, さまざまな分野の専門職や一般の方向けに容易に説明ができるスキルを身に着的るとともに, 子どもたちのより良い発達・成長のためのエビデンスとして, 学術団体や社会に発信していく姿勢が求められるのではないかと。

6 終わりに

近年, SCの常勤化に向け, 官公庁や職能団体はさまざまな調査や研究を進めており, そのためのエビデンスが蓄積されている最中である。本稿で紹介した実践例はいずれも単一の事例であり, SCの勤務形

態、自治体および学校の規模や状況などが心理教育プログラムの実践に大きく影響する学校臨床の場面において、その結果の普遍化をすることは難しい。しかし、すべての取り組みにおいて共通していることは、SCが主体でも助言者でもなく、教職員と同じ目線でともに悩み考えるという、まさに「チーム」の一員として活動する姿勢と、勤務校における問題解決というミクロな視点をこえて、専門職として社会全体の心の健康の保持増進に寄与するために積極的に発信をしていくというマクロな視点を持つことである。今後、すべてのSCがこれらの専門性を自覚し、自己研鑽していけるよう、養成機関および職能団体において、教育研修のあり方について早急な検討が行われることが期待される。

※1：西脇市教育委員会ホームページより閲覧可能

<https://www.city.nishiwaki.lg.jp/kakukanogoannai/kyouikuiinkai/kyoikusouzoubu/gakoukyouikuka/kyouikushisaku/25537.html> (最終参照日：2023. 6. 16)

※2：西脇市ホームページより閲覧可能 (広報にしわき 202年3月号)

https://www.city.nishiwaki.lg.jp/kakukanogoannai/shichoukoushitsu/hisyokouhouka/koho/koho_backnumb er/koho_r5/26237.html (最終参照日：2023. 6. 16)

謝辞

本稿で紹介した研究および実践にご協力をいただきました各自治体教育委員会の皆様ならびに小中学校の先生方、児童生徒の皆様には、心より御礼申し上げます。なお、本稿で紹介した研究および実践の一部は、JSPS 科研費 19K03302 の助成を受けたものである (基盤研究C 研究代表者：永浦拓)。

参考・引用文献

- 1) 文部科学省 (2022) . 生徒指導提要 . https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/seitoshido u/1404008_00001.htm (最終参照日：2023. 6. 16)
- 2) 日本臨床心理士会 (2022) . 文部科学省令和3年度いじめ対策・不登校支援等推進事業報告書：スクールカウンセラー及びスクールソーシャルワーカーの常

勤化に向けた実態調査. 一般社団法人日本臨床心理士会

- 3) 寺戸武志・秋光恵子・松本剛 (2019) . 学校におけるいじめ未然防止プログラムのための包括的測定尺度の改訂：信頼性・妥当性の検討と尺度の活用方法の考察. ストレスマネジメント研究, 15 (1) , 2-12.
- 4) 寺戸武志・永浦拓 (2020) . 対人ストレスに焦点を当てた「いじめ未然防止プログラム」の実践過程—小学4年生を対象に—. 発達心理臨床研究, 26, 13-21.
- 5) 永浦拓 (2020) . 「心の健康」に関する助言者としてのSC. 日本カウンセリング学会第52回大会 (北海学園大学) 発表論文集 (自主企画シンポジウム：スクールカウンセリングにおける連携のこれから)
- 6) 永浦拓・富永良喜 (2017) . 教員とスクールカウンセラーとの協働によるストレス研究実践の試み—体育学習ストレスコーピングに焦点を当てた市全体での取り組み—. 日本ストレスマネジメント学会第16回学術大会 (北海道大学) 発表論文集, 30.
- 7) 松見淳子 (2016) . エビデンスに基づく応用心理学的実践と科学者—実践家モデル—教育・研究・実践の連携—. 応用心理学研究, 41 (3) , 249-255.
- 8) 小林由美子 (2018) . 対象者別の支援. 窪田由紀・平石賢二 (編) . 心の専門家養成講座7：学校心理臨床実践, ナカニシヤ出版, 87-94.
- 9) 永浦拓・藤田益伸・堤俊彦・野田哲朗 (2022) . IGDS-Jを用いた小中学生のゲーム依存傾向の実態調査—校種による違いに着目して—. 日本アルコール・薬物医学会雑誌, 57 (4) , 228.
- 10) 永浦拓 (2022) . 西脇市小中学校におけるゲームへの依存の未然防止のための取組～アンケートの実施と活用～ (実践報告) . 兵庫教育 (2022年9月号) , 859, 30-33.
- 11) 永浦拓・藤田益伸・堤俊彦・野田哲朗 (印刷中) . 小中学生のゲームに関連する認知がゲーム依存傾向に及ぼす影響. 日本認知・行動療法学会第49回大会 (発表予定)

竹谷出版学術ジャーナル『教育への扉』

第3巻, 第1号

発行日：2023年6月12日

発行元：竹谷出版 (竹谷教材株式会社出版事業部)