

## 学生相談活動に関する一考察

### — 今一つの教育活動として —

藤 土 圭 三 (大学院教授, 教育相談センター長)

#### はじめに

最近, 各地の大学で, 学生に対する教育サービスの一環として「学生に対する相談活動」が注目されている。大学案内にも学生相談室があり, 学生の生活上の心配ごとの相談に応じていると記載している。学生を対象としての相談活動は大学の幼稚園化だと批判的であった大学教授も, 最近では, その必要性を是認する方向にある。筆者が学生相談にかかわり始めたのは昭和30年代後半であった。当時は, 留年学生が多発に対応するための一つの方法として, 学生相談活動が注目されてきた。現実には, 学生相談の導入が厚生補導サービスの一分野として位置づけられたこともあって, 担当者が学生の不適応に接近するようになり, 神経症や人格障害などの学生相談に係わるが多くなった。

#### 不本意入学の来談者

学生相談担当者が初めに遭遇する来談者は不本意入学の新入学生である。一部の大学は別にして, 多くの大学では, 入学生も多くは不本意入学である。希望通り, 思い通りの大学に入学したのではない学生である。不本意入学生は, 大学が用意する新入生のための諸行事への参加に対して, 消極的であり, 受け身的である。大学には来るが, 不本意であるから, その気分は抑うつ的であり, 消極的である。ある不本意入学の学生は, 「この大学でこれから取得する科目の単位を来年受験しようと考えている大学に移行ができるだろうか」と相談する。大学スタッフは, 「入学したばかりで, もうそんなことを考えるのか」と驚くかも知れないが, 不本意入学生にとっては最大の課題であり, 関心事であり, 心配ごとである。学生相談室の表札を見て, 相談動機をかき立てられてる来談学生の最大の課題は不本意入学からの脱却なのである。純粹で, 直線的な彼らの心性からすれば, 当然の行動である。

不本意入学生の相談の場合, 相談担当者の取るべき対応は重要であり, 大切である。履修手引きや学則に照らして判断して, 事務的に応答することではなく, 不本意入学で来談したことに注目する。＜そう! 貴方はこの大学に本当は来たくなかったのに, 入学せざるを得なかったのですね＞と対応する。すると来談学生は「そうです, 私は本当に行きたい大学に不合格だったので, この大学に来たのです」と言う。＜そうですか, それは残念でしたね。貴方の思うようにはならなかったのですね＞「そうです。もう悔しいです」＜そうですね。残念なことですね。よければ, そのあたり

の事情について聴かせてくれませんか。ここで、来談学生は、自分がこの大学に入学せざるを得なかった事情について語るようになれば、ここでの学生相談の第一歩は成功であるし、うまくいけば失意のどん底にある一人の不本意入学生が希望を持って学業に専念できるようになるかも知れない。

### freshman reactionの来談者

学生相談担当者が次に遭遇する相談はfreshman reactionの学生である。言い換えれば五月病の学生である。五月病の学生とは如何にもマスコミ的な表現であるが、これは入学生が大学に入学して1ヶ月が経過し、新環境にも少し慣れて、気持ちにゆとりができ、緊張が和らぐとき、故郷が急に恋しくなったり、保護者に会いたくなったり、高校の先生がすごく懐かしくなったりする。緊張が緩み、低減する時、気持ちが落ち込み、塞ぎ、意欲喪失状況となる。激しい「うつ状態」となる。友達が出来ない、部活が思ったようなものではない、自分だけが孤立している。心を許せる友人ができないなどを訴えて学生相談室に来談する。ある意味で、これは入学生の「心の風邪」のような感じで、時として重篤な心の不健康の引き金となったり、単位不認定の引き金となったりする場合がある。

島諸部出身のある学生は、地元の高校で頑張って勉強し、希望に近い大学に入学した。彼は小さい時から勉強好きで、小学校・中学校共に好成績を収め、田舎では期待された少年であった。当然のように地域の進学中心高校に入学し、そこでも好成績を収めた。進路指導の先生の助言により、希望に近い大学を受験し合格した。全てが順調で、春風万帆の感じであったが、入学後2-3月から急に意欲減退となり、ホームシックに陥った。入部していたクラブも欠席勝ちとなったので、クラブ員との交流もとぎれがちとなり、孤独な状態となった。授業にも参加しないままで、下宿で蟄居状態となった。保護者の心配するところとなり、保護者同伴で学生相談室を訪れた。「軽症のうつ状態」であった。抑うつ気分であるが、日常の学業や社会的活動を続けるのに幾分かの困難を感じるが、完全に機能しなくなるような状況ではなかった。来談学生とその保護者と相談担当者の3者による面接となった。来談者は殆ど発言せず、保護者が早口に、心配と不安を訴えた。関を切ったような訴えが一段落したところで、相談担当者の方から、来談学生に対して、今の状況と気分について丁寧な面接を試みた。その結果、来談学生はポツリ、ポツリではあるが、その心情を語るようになった。チャンスを見て、気分の良くなる薬があることを紹介し、服用してみる気はないかと提案した。来談学生は初めは薬に対して懐疑的で、否定的であった。相談担当者は来談学生の薬疑惑と否定的感情をしっかりと受容し、共感し続けた。その結果、来談学生が薬を服用しながら、学生相談室に来談し、相談を続けることになった。相談担当者は来談学生とその保護者に対し、信頼できる医師が知り合いにいないかを確認した。来談学生とその保護者の関係者に医師のいないことを確かめて、相談担当者が紹介してもよいし、貴方が自分で決めて、医師に相談して欲しいと伝えた。ここで大切なことは、医師にかかることでも、機械的に決めるのではなく、来談学生の心情に添ったテンポでことを運ばなくてはならない。この気配りは重要なことである。来談者中心への指向性

を大切にしなければならぬ。うつ状態の来談学生の場合には、医師による精神薬の支援を受けながらの相談支援がより効果的である。この場合、来談学生がかかっている医師との連絡も来談学生の心情を十分に理解しながらの対応を忘れてはならない。最近はうつ状態に効果的な薬剤があり、有効である。状態像に応じては薬利用が有効である。この意味でも学生相談担当者は信頼のできる精神科医師と日頃から交流を密にして置くようにしたい。

### 修学相談の来談者

修学相談が始まる。新入生は、入学当初の複雑な事情はあるにせよ大学の提供する授業計画に乗せられて、授業に参加する。しかし、その授業内容は高等学校時代のように丁寧に親切な授業ではなく、至って不親切で、粗野で、多人数講義である。新入生の存在感は見事に放散（散逸）する。自分はこれからどうなるのだろうか。こんなことでいいのだろうか。自分の所属する学科で自分はどうなるのだろうかと不安が増幅する。不安一杯の学生が暗い顔をし、意気消沈して学生相談室を訪れる。学生は修学を継続するための課題に打ちひしがれている。修学は大学教育の本流であり、学生にとっても大切なことであるにも関わらず、学生にとっては、それが不本意なこととなる。「授業が面白くない、授業がつまらない、授業に興味あるものがない、授業が時代遅れである」など授業に対する不満が多い。結果、授業に参加しないで、アルバイトなどの副業に熱心な学生が出現する。アバシーと言う専門用語がある。これは授業は長期欠席しているが、大学以外では健康な生活をする。例えばアルバイトは熱心にこなし、雇用主からは真面目な学生で、大学に出ていないなど考えられないと言う。修学相談の場合には、授業についてゆけないとか、授業が面白くないとかの訴えが多いが、相談担当者は、その訴えに振り回されるのではなく、その背景に潜む来談学生の心情の理解に努め、心情に反応することが大切である。潜在的心情の中には、孤独であったり、意欲減退であったり、対人関係の不全であったり、不適応状態が潜んでいたりする場合が多い。

### 転部・転学科の来談者

転部・転学科の相談がある。学部が自分に合わない、学科の空気になじめない、学科の先生が恐ろしい、学科の将来が見えない、専攻の学問に身が入らない、大学を辞めたい、無気力で元気がでないなど。転学科のことで相談していて、いつの間にか親子関係がうまく行かないと言う悩みに変わる場合もある。相談内容は多彩であり、人生相談そのものと言っても過言ではない。

この意味で、学生相談室は学生の心の解放場所の感じさえする。学生相談室が学生の心のカタリシス機能を担うものとなる。学生の心のうつ積の発散の機能を担っていると言える。自己開示や鬱憤を学生相談担当者は引き受けることになる。来談学生が相談担当者との間に形成する心理的相互交流の豊かな関係が彼らの発達促進機能となる。具体的には発達モデルに依拠した心理的相談関係が求められている。

ここで言う心理的相談関係とは受容的・共感的（どちらかと言うと認知的共感）・傾聴関係が来談学生の発達促進の機能となる。来談学生の訴える課題を詳細に傾聴すると、それは青年期心情で

あり、青年なればこそこの諸現象である。これらの諸現象を解決するために最適の方法が、ここで言う心理的相互交流関係である。学生は若者としての心性を許容的・受容的で、しかも相互交流の豊かな関係にゆだねることを求めている。このような関係が青年期の学生には不可欠なものである。それを提供するのが学生相談担当者である。この意味で、学生相談活動は、個別的な相談面接を通じて一人一人の学生の成長を支援する営みであるとも言える。

### 対人関係がうまくできない来談者

クラブ活動に参加したり、入部などして部員との対人関係に悩んで来談する学生がいる。学生にとって、対人関係は今を生きるための最大の課題である。対人関係は学生だけの問題ではなく、人一生の課題であると言っても過言ではない。人が生きて生活する過程において、対人関係は避けて通れない心的現象である。対人関係は次に述べる学生の性格課題と深く関与する。学生の発達において、対人関係は彼らの自我形成と深く関与する。人は誕生と共に母子関係を形成する。未熟で誕生した新生児は、その母親（養育者を含めて）に完全依存の状況にある。彼らは養育者との依存状況の中で、生きるための有効な手続きや有様を模倣し、内在化する。可能性一杯の新生児が養育者の行動や内的過程に接し、それを引き受けるなかで、性格の中核的機能である自我を形成し特徴づける。養育者の生活のすべてを取り入れたり、模倣したりすることは幼児から児童・青年になっても、事態は基本的に変化なく、人は周りとの関係の中で変化する。学生が入学し、大学で生活するようになり、新しい青年達と交流する。学生は異質の学生と交流することで、自我形成が促進される。具体的には、対人関係の悩みや不安などを体験することで、学生の自我は磨かれることになる。対人関係の軋みは避けて通れない現実である。避けて通れない対人関係上の軋みを相談担当者と共に乗り切ることが学生相談の目標となる。対人関係上の軋みを話し合うことで、関係は進展し、開けてくる。学生に見る対人関係上の悩みの一つに親子関係の悩みがある。具体的には親を思う気持ちと自己主張との間の軋みである。仕送りを受けている学生にとっては、その関係の持ち方は至って微妙であり複雑である。自己主張が強すぎると、親子関係に亀裂が生じる。その保持のために多くの工夫と努力を必要とする。このために来談学生は相談担当者の元でじっくりと話し合うことで、納得のゆく親子関係の持ち方を創生する。幼児・児童期に形成した親子関係から新しい青年のための親子関係を形成することになる。

2つ目の対人関係は友人との関係や指導教官との関係課題である。指導教官と合わない、相性が悪いと言う相談が多い。「先生が厳しい、やりたいことやらせてもらえない、考え方に違いがありすぎる、尊敬できない、物腰所作が許せない、威圧感がある、嫌らしい、セクハラがあるなど」である。何れの訴えにも潜在的な対人関係の問題である。指導教師と学生との対人関係は学生にとっては大変な課題であり、しんどいテーマである。具体的対応では、訴える学生の胸の内を出来る限り丁寧に、精密に傾聴することが大切である。学生に対して、指導を受ける先生だから我慢しなさいとか、当然だとか、よくあることだとしたのでは、一般的な指導助言になる。学生相談で大切なことは、相談担当者側から回答や手口を伝えるのではなく、「貴方がどうやったら、貴方の先生と

の対人関係上の課題が解決出来るかを相談したい」と提案する。多くの来談学生は、相談すれば何らかのヒントや解決策があるのではないかと期待して、来談するが、相談担当者の方から、「一緒に考えたい、一緒に相談したい」と提案されると、来談学生は一時期はとまどうかも知れない。しかし、とまどいながらも、相談担当者の対応やヒントにハッとすることも知れない。面接での驚きは不安と心配をかき立てるかも知れないが、それが面接動機を高めることになる。面接動機を高め、来談者が相談担当者との間に面接関係を形成することで、来談者の課題であった人間関係の体験の場となる。面接過程の中で人間関係は来談学生の性格形成のための学習の場ともなり、人間関係のあり方が来談学生の性格特徴と統合化する。この意味で、来談学生が人間関係の課題で来談して、相談担当者から詳しく相談内容を傾聴されることで、来談学生自体の対人関係の持ち方の再体験（再現）となる。換言すれば、相談関係は来談学生の心的発達を促進させるための有効な機能となる。ここでの相談関係は発達促進のためであるから、助言や情報提供などの技法は少なく、両者の交流を豊かに、深くすることがより有効となる。豊かな心理的交流の時間経過を継続することである。具体的には、来談学生の対人関係のテーマが何度も繰り返し話題になり、相談担当者はその話題を出来る限り丁寧に傾聴し、丁寧に共感はあるが、できるだけ助言や指導は少なくする。傾聴と共感の交流関係が繰り返し経験されると、来談学生自身に自己発見と自己理解が促進される。相談担当者は来談学生の発見した自己発見・自己理解を明確化し、来談学生がそれを気づき、確認が出来るように促進し、定着が進むような面接を工夫する。

この意味で、来談学生の対人関係上の相談は彼らの性格形成再検討のための有効な機能となる。来談学生の相談を受けていると、それが恋愛問題の場合もあるが、これも将来に男女間の人間関係に他ならない。来談学生の男女関係の相談の場合には、発達的に見ても青年期の当然の発達の課題であり、注意深い対応が求められる。

### 性格問題の来談者

性格課題での相談内容は、自分の性格を変えたい、改善したいと言う相談が多い。自分の性格が受容できない、自分の性格を変えたいなどの悩みや心配での相談である。人の性格は内因的要因と心理的環境要因との相互交流関係の時間経過の中で形成されるという。具体的には、母体内から始まる。古くから言い伝えられる「胎教」という言葉はこの辺の事情を物語るものであろう。新生児の誕生は何と言っても母子関係の開始である。母子関係は新生児・乳児・幼児の性格形成にとって、計り知れない影響がある。這えば立て、立てば歩めの親心と言うように、母親は我が子の生育に夢中となり、熱中する。このような熱中関係こそ、子どもの性格形成に大きく影響する。子どもの性格は養育者に似て非なるものとなる。似ているような似ていないような、それでいて、どこか似通う感じの性格となる。言葉に見るイントネーション・価値観・生活観など無自覚的な生活感覚が伝達される。この意味で、母子関係は子どもの性格形成の基礎工事とでもいえよう。このような状況の中で乳児期・幼児期を経過した子ども達が児童期になると、両親（養育担当者）以外の人と交流する機会が増加する。学校では自分以外の児童と複数の教師との対人的交流がある。この時期の子

ども達は、親以外の他者との対人交流を通して、人格形成は更に複雑多様なものとなる。これを社会化とも言うが、彼らの性格は社会生活上の智慧や技法を修得する。青年期にある来談学生は、年少時以来の対人的環境の中で形成された性格の再編成期にあるため、不安・動揺を経験する。彼らは大なり小なり自分の性格に注目し、分析する。来談学生は自分の性格が受容出来ず、悩むことになる。ここに来談学生の性格課題の源泉がある。疾風怒濤の時代にある学生にとっては、乗り越えなくてはならない人生課題である。青年期にある学生は性格・価値観などを深く考え、自己分析を重ねる過程を通して、「若き成人」へと変化する。

青年期にある学生の場合、性格の問題では、「もっと明るい性格になりたい」、「人前ではっきりと発言できるようになりたい」、「もっと慎重になりたい、重みがほしい」など来談学生の性格上の訴えは枚挙に暇がない。自我形成期にある学生は大なり小なり自分の性格特徴に過大な注意と関心を示す。性格課題と対人関係がらみの相談が多い。曰く、内気で対人関係が旨く行かない。言い過ぎて関係が険悪になったなどの相談である。

発達期にある学生の性格課題は将に彼らの発達過程そのものであり、避けて通れない課題である。あんな性格が良くて、こんな性格が悪いと言うことはできないし、何れの性格特徴も、何かを否定して、何かを肯定するというのではなく、それを上手に活用できるような生き方を身につけることが大切なことになる。このための具体的方略としては、相談担当者は来談学生の性格上の訴えについて丁寧に、詳細に予断や偏見を持たないで、傾聴し、聴いていることが来談学生にとって納得いく聴き方をしているかを確かめるようにする。具体的には、来談学生が「内気で、何時も後ろのほうにばかりいるのです」<そうですか。それでどうになりたいの？>「だから自分が気に入らない」<自分の性格特徴である内気が気に入らない>「そうです。気に入らないのです。何とかしたいのです！」<そうですか。気に入らない。もっと別の性格になりたい>「そう！もっとはきはきとものが言える人になりたい」<貴方はもっと、もっと自分を変えたい気持ち！>「そうです。変わりたいのです」<そうですか。変わりたい気持ちが一杯なのですね。変わりたい、変わりたいと心に一杯なのですかね>「いやそこまでもないのです。少し違います」<なるほど、そうですか。変わりたいという気持ちが一杯なのだが、人から一杯だと言われると、ちょっと躊躇する>「そうです。そうです。そんな感じです。そんな感じ」<変えたいのだけど、変わることに未練もあると言うところですかね？>「そう！そう！変わりたいけど、変わることへの躊躇もある」<そうですね。思いと現実の違いを体感することですかね>「なるほど、感じる自分と、願う自分があるのですね」<現実ですね。なるほど>

ここでの相談担当者と来談学生との交流は、来談学生が自己理解を深めて、変わりたい自分と変わることにとまどう自分とを共に見つめるための面接の一端である。相談担当者がこのような交流面接を構成したのは、来談学生が自己理解を深めて、自分の性格が変わろうとしている現実直面し、直面体験を通して、変わるということは、額面通りには進まず、時間と体験の2つの大きなメカニズムの中で変化は起こるのだということを体験的に理解してほしいために用意した交流面接である。このような交流面接を構成したのは、青年期にある学生の性格形成は変化期にあり、変革す

ることは大切であるが、過去を捨て去ることで変わるのではなく、過去は過去として、それを礎石として、その怨念の上に青年の性格を形成することを目的とする面接である。相談担当者と来談学生が性格課題について検討する時、相談担当者が構成する交流面接の中で、来談学生は自己の性格の問題点や留意点について分析し、その体験過程を体験することで、自分の性格の再編成のための糸口を掴もうとする。

### 人生観の悩みの来談者

青年期にある学生の一部に人生観の同定に悩む学生がいる。とはいえ最近では以前に比較して、この種の学生は少ない。しかし如何に生きるか、如何に人生を築くかについて真剣に考えて悩む学生がいる。まじめに人生を育もうとする学生であり、人生の悩みや心配ごとを真摯に傾聴することが大切である。手近なもので、切り抜けようとする現代的趨勢のなかで、自分の力で、自分の持ち味で、人生を築こうとする来談学生の気概は多としたい。じっくりと腰を据えて、傾聴し共感し続けることで、来談学生の人生観は、その人なりの、その人に適した、自己の背丈にあった人生観が形成されてくる。学生相談活動の中で、最も希望にあふれた、将来のある面接過程であり、自己否定的な傾向にあった来談学生が時間経過と共に自己肯定的で、自己受容的な方向を示すようになる。

### 不安・心配ごとでの来談学生

大学に入学はしたものの不安と心配で日常の生活が灰色と言う来談学生がある。丁寧な指導体制の用意されている初等中等教育の中で成長してきた新入学生が、大学という新しい環境に投入されると、環境との軋みの中で、不安・心配症状に悩む一部の学生が学生相談担当者を求めて来談する。

「不安と心配で眠れません。食事もうれいを通りません。孤独で、心をうち明けて話のできる友人もありません」と訴える。「毎晩のように家に電話して泣いています」と言う。「授業はどんどん進むのに、先生の言っていることが少しも頭に入りません。頭は真っ白なのです。自信がないのです」と言う。来談学生の訴える不安・心配は適応の軋みと考える。相談担当者は来談学生の不安・心配を丁寧に傾聴し、理解する。ここでの相談活動は来談学生の課題への治療活動であるから、傾聴・共感的支援が有効である。来談学生の不安や心配をあるがままに傾聴し、あるがままに受容し、出来る限り、精緻に理解し、理解していることを来談学生に伝えて、確認するという面接過程を構成し、面接過程の中で、来談学生の苦衷を共感し、共感の確認交流を怠らないようにし、確認しながらの面接を続けるようにする。このような面接技法の継続は、来談学生の心を捕らえ、来談学生が相談担当者を自分との交流関係のパートナーと認知できるようになる。以上のような相談関係の形成を計りながら、相談担当者には今一つ別の仕事がある。それは来談学生の訴える課題を中心とした見立ての問題である。見立ての第一の課題は、来談学生の課題は自分でどの程度まで担当できるか、更には、来談学生の課題解決のためのメカニズムの理解と判断である。その判断に基づいて、自分が担当すればどのような方法で対応するかという治療方略の見立てである。ここでは心理治療のために用意された諸理論の考え方と技法を活用する。第二には、来談学生の訴えの基本が発達的

側面なのか、それとも病理的側面なのか、さらには両者輻輳なのかの見立てである。今もし来談学生の訴える不安や心配が深い病理に根ざすものと予想されるならば、精神薬投与の可能性も含めて精神科医師の診察と支援の必要なことを何らかの方法で来談学生に伝えなくてはならない。治療的面接過程に移行するにつれて、その面接は分析的、洞察的、自己理解的、受容的な面接過程が工夫され、治療の効果にあわせて、再学習、再訓練などが行われ、一步ずつの社会適応が進められなくてはならない。いずれにしても、相談担当者は、出来ることだけを出来る範囲内で、着実に実行できる関係を形成し、支援のできない部分は関係領域の専門家に協力を求めながら、仕事を進めることが大切である。

### 神経症症状での来談学生

神経症愁訴の訴えでの来談学生は多い。来談学生は青年期にあるためか、神経症状を示す来談者が多い。例えば、自信がない、自分だけが劣っている、教授の講義が解らない、孤独感一杯である、対人関係がうまくならない、自信喪失である、不眠、体具合が悪いなどである。

来談学生の訴えは多彩であり、複雑である。これらの訴えに相談担当者はどのような方法で対応するか。専門的な力量が問われる事態である。第一は来談学生の訴えを聴くことから始まる。多くの場合、上記のような訴えのある学生の場合には、問診と診断が行われる。診断はあくまでも対応策を決定するための情報整理であり、治療のための方略を立案することである。

学生相談活動では、相談モデルによる接近でなくてはならない。このために必要なことは来談学生の苦衷をしっかりと傾聴し、来談学生の心情が癒されることである。診断よりも前に相談担当者と来談者との間に心休まる相談関係を形成することである。来談学生が相談に来てよかったと思えるような相談関係を形成する。来談学生がここで自分の課題の解決をしたいという動機付けを高められるような状況を形成しなくてはならない。次に必要なことは、近接領域の専門家の協力が必要であるかどうか。更には相談担当者が担当するならばどのような方略で来談者の課題の解決が可能だろうか、面接方略の見立てが必要となる。神経症状への対応能力の乏しい相談担当者は無理をしないで、早めに近接領域の専門家に援助を求めることになるし、相談担当者に相当の治療能力があるならば、可成りの症状があっても対応が可能となる。治療能力は、相談担当者の拠って立つ治療観や、得手不得手にもよるので、具体的事例対応のためには多様な判断が求められる。特に相談担当者が得意とする治療観を、すべての来談者の課題解決のために活用するというような狭い考えでなく、どのような治療的接近が来談者の課題解決のために必要かを念頭において、課題と治療的接近の最も適切な方法を工夫し、適切な治療方略が樹立されるような相談機関を紹介することも必要である。

### 人のことが気になる、噂をされていると訴える来談学生

前述した神経症状態の場合も、同じことが言えるが、心の問題を課題とする来談者の相談を担当する場合に常に念頭に置かねばならないことに、来談者の訴える課題の要因が神経症水準（環境と



の軋轢やストレスなど)なのか、それとも内因的要因により多く依拠する精神病水準なのか、あるいは両者の軋轢なのかについての鑑別診断が必要である。来談学生の訴えが「人のことが気になるとか、人の噂が気になるとか、噂にされている」のような場合でもそれが環境要因に依拠するものか、より内因的なものか、両者の軋轢からのものかを判定しなくてはならない。精神障害の場合や神経症状でも重度の場合には、精神薬の支援を得る方が得策である。相談活動という観点から、来談者の課題によって対応の仕方に差異のあることを指摘したい。来談者の課題が、来談者自身の分析・洞察・再学習・再習慣付けなどにより、再適応が可能な場合には、治療的カウンセリングを行う。これに対して、来談者の課題が心理面接のみでは不十分で、与薬や福祉援助などが並行的に必要な来談者がある。このような場合、相談担当者が来談者に対して実施できる面接は来談者への心へのケアを中心にしたものとなる。更に来談学生の課題によっては、どのような方法が駆使されても回復が不可能な場合がある。具体的には来談学生が不治の病などを背負って心理的に不安定になっている場合である。このような場合、相談担当者の実施する面接は来談学生が課題を背負ったままで如何に有意に己が人生を生きるかを支援することになる。所謂QOLを高めるための面接である。人のことが気になる、噂をされていると言うような訴えの中にも、その拠って立つ程度や深さによっては、対応の仕方を変えなくてはならない。

ここで大切なことは、来談学生に対する見立ての問題である。来談学生をどのように見立て・判断し、より適切な支援方略を樹立するかということである。見立てができて、相談担当者がどの程度の関わりを持つか、どの種別の関わりを持つかを判断しなくてはならない。

### これからの学生相談活動の方向性

今堀誠二(1962)は日本の大学への学生相談活動の導入の経緯についてロイド氏の講演を引用して、概括次のように言う。日本における学生相談活動はSPS(Student Personnel Services)研究集会(代表者; W.P.Loyd)が1951年に開催されたことに始まると言う。研究集会では(1)大学管理者は学生の教室外での欲求に応じた計画を有効に実施する責任がある(2)学生の能力と欲求には、幅広い個人差がある。学生が自己の能力や欲求を最大限に発達させるような支援をすること(3)国民としての社会的責任と自由に注意を払うなどの指導をしなければならないと言う。

SPS研究集会が契機となり、1953年、東京大学と山口大学に学生相談所が設立され、引き続いて、京都大学・東北大学・学習院大学・中央大学などに同種の学生相談所が設置された。広島大学教養部学生相談室の開設理念として、今堀誠二(1962)は「単なる個人指導だけではなく学生全体を補導するための諸企画の一環として、個別相談と学生全体への補導活動とを互いに補い合いながら、実施されるところにその特色がある」と言う。個別の学生相談は全学生に対する補導活動と表裏一体となって推進されるときに有効な効果を期待できると言う。爾来、今日まで幾多の紆余屈折を経過しながらも学生相談活動は学生指導の一環として、学生課所管の学生へのサービス機関として運営されている。学生相談活動はSPSの理念から出発したものだけではなく、昭和30年代半ば頃から国立大学協会第三常置委員会を中心に学生相談の必要性について論議されるようになったが、学生

運動との関連から、学生相談が学生管理、学生対策と誤解され、学生相談室を持つ学生部が思想対策の機関であるさえ言われるようになり、そのイメージが大きく混乱した。

昭和40年代に入り第四常置委員会が努力し、大学保健管理センター構想を結実させて、1966年には東京大学、京都大学、長崎大学、島根大学に保健管理センターが設置された。ここでは医学者が常勤ポストを占めたが、順次開設される保健管理センターに心理カウンセラーも常勤で参加するようになり、新しいスタイルの学生を対象とした心理相談活動が行われるようになった。昭和60年代にはいると、全国の国立大学に心理カウンセラーが常勤として勤務するようになり、学生への精神健康支援活動と心理的成長支援に参画するようになった。

筆者は上記のような国立大学協会の支援によって発足した保健管理センターの心理相談担当者となり、爾来10年間、心理カウンセラーとして学生相談を担当した。

日本における学生相談の始祖をSPS研究集会(1951)とするならば、すでに半世紀が経過し、学生相談活動が学生補導における個別指導の一つとして注目され、活用されてきた。当然のことながら、その対象は不適応への相談活動を通しての支援活動であった。蓄積されてきた学生相談活動は、その実績からしても学生補導の支援活動にとどまらず、学生の専攻教科教育の個別化指導の技法として活用できることを提案したい。学生が自分の専攻する教科について講義を受ける。現実には専攻学科の知識技法を集中的に浴びせられる。受講学生は集中的に浴びせられる専攻教科について満腹状態となる。更には知識としては受け取ることができるが、その真髄はなかなか身に付かない。知識としての専攻教科を身に付けるが、それが自由に活用できるようにはなにくい。特に精神的に課題があり、特別の心情にある学生は、専攻教科の取得には困難を感じている。彼らには一般には感じられない独特の感じ方があり、その感じ方に災いされながらの専攻教科修得となる。ここに個別指導が必要となる。特に臨床心理学のような、来談者の心の問題に迫る学問では、講義だけでは、その真髄には到達しにくいし、相当の訓練が必要となる。ここで言う相当の訓練とは、個別化指導であり、自家薬籠中のものとする過程に相談活動が有効である。

### 教育活動としての相談事例

新入生が来談する。出身高校に近い公立病院の精神科医師からの指導上の紹介状を示す。内容はこれまでの症状経過と治療経過が示されていた。それを受けて相談担当者は来談学生との間に相談契約を結んだ。爾来、筆者は相談担当者でありながら、同時に専攻教科の指導者ともなった。在来心理臨床の分野では相談担当者は来談学生の教科指導には当たらないことで公認されていた。まさに違法な契約を実行することとなった。

初めの2年間は、学科が別であったということもあり、比較的純粋な形で心理面接を実施した。しかし、来談学生の状態が悪くなると、契約時刻に関係なく来談するということが屢々であった。

ここで相談担当者として留意してきたことは、来談学生の来談動機を制限することではなく、相談担当者が来談者との契約を深く心に決めて、相談担当者が契約を護るよう努力した。具体的には、危機介入のための面接を実行し、来談学生の症状に併せて介入的な面接を構成する。例

えば、＜今日の貴方は、しんどいですね。しんどい時には下宿に帰って休むようにしてください。薬を飲むようにしてください。そして契約日にまた来談してください＞と言う。すると来談者は「そうですか。でもしんどいので来たのですが、これで学校が続けられるでしょうか?」と言う。相談担当者はくそのために貴方と私はここで面接を継続しているのです。私は学校が続けられるようになると思っ、この面接を続けるようにしていますし、そうしたいと言っていますし、そう思いたいです＞と言う。すると来談学生が「そうですね。でもしんどいです。」と言う。そこで相談担当者はくそうですね。しんどさは痛いほど伝わって来ます。何とかうまく乗り切ってほしい気持ちで一杯です。ここで、私と貴方が話し合うことで、少しでも気持ちが落ち着くなら、うれしいです。また、そうなると思は信じているのですが＞と返す。来談学生が「一度、家に帰って、病院に行ってみようかと思うのですが」と言ったとすると、＜それが貴方にとって安心になるならそうして欲しいです。私が薬を出してあげられないから、状態が悪いときには薬で調整することは大切です＞と言う。「そうですね。明日の朝も、しんどかったら帰ってきます」と言って退席する。次の日に来談学生の下宿に担当者の方から電話する。電話が何度か鳴る。出てくれれば安堵するが、出てこない場合には、来談者の実家にも電話する。この辺の決断は微妙である。下宿に今一度連絡するか。実家に電話するか。判断のしどころである。早からず、遅からずのタイミングが大切である。早すぎる実家への電話は結果として、保護者を不安に陥れることになり、来談者を保護者が拘束したりして、相談関係が壊されてケースワーク的な、相談助言的な関わりになったりする。遅すぎて、来談学生に何かがあった場合には責任があることを知らねばならない。しかし、相談担当者が管理的指向になればなるほど、その面接は心理面接からは遠ざかる。判断と決断のしどころである。相談関係を契約して1ヵ月位で、初期の面接を構成するための見立てをする。

見立て；見本事例は相当長期間の面接を必要とする。しかも、その面接は来談学生の課題の分析・洞察を推進するというよりも、その状態を上手に乗りきって行けるような方向で心理面接を進めると言う方略を設定する。

事例を含めて、小規模の大学で学生相談を実施すると、学生と相談担当者が物理的・心理的な距離が近くにあつて、教科書的な治療構造を明確に保持できる心理面接の形成は困難な場合がある。来談学生は気分が優れなければ、すぐに来談するし、キャンパス内でも会う機会も多いし、相談担当が専任ではなく、授業も担当しているので、来談学生は好んで相談担当者の授業は受講するし、参加する。それを調整することは不可能である。教科担当者が、相談担当者を併任することの避けて通れない宿命である。何時でもどこでも直ぐに会えるし、会わざるを得ないことになる。事実、見本事例の来談者は相談担当者の元で卒論研究もするし、その後の大学院での指導も相談担当者の元で実施した。相談担当者と来談学生とは足かけ6年間の交流関係を継続したことになる。

### 相談面接・授業・研究指導の関係について

- (1) 小規模大学であり、少人数で運営されている大学であるから、相談活動と授業と研究指導を分担することは不可能である。相談活動も相談室で実施することは不可能であり、自分の研究室で

相談を継続することになる。筆者の場合、授業は週6コマ程度は担当してきた。大学院では数名の院生の研究指導を担当してきた。

- (2) 見本事例の来談学生の場合には、芸術療法に関する分野での研究を指導してきた。研究指導では学部で1年間と院で2年間であったが、来談学生と研究素材である芸術療法に関するデータを共に分析することで、来談学生の心は大きく癒され、変化してきた。研究素材を介在にして、来談学生は研究室に来談し易くなり、自己の課題を研究素材を通して表現し、自己理解を深めることになった。これに対して、相談担当者である筆者は、研究素材を通して来談学生（研究担当学生）の分析と統合をはかり得た。
- (3) 研究と相談活動とが一体となり、どこまでが相談でどこからが研究指導なのか、明確には分別できにくい。両者が一体となることで、具体的指導が把握出来やすかった。バランス感覚が大切である。
- (4) 評価と相談関係との関係については、教育での評価は指導者による評価であるが、相談関係では来談学生の内的準拠による評価を活用するので、基本的には両者間には、時として混同が起きる場合がある。相談担当者が同時に指導者となる場合、判断のための準拠が変化することがあるので、これには注意しなくてはならない。多くの場合、判断のための準拠は判断者側にある場合が一般であるので、意識してかわらなないと、準拠が混乱化する場合がある。
- (5) 多くの場合、相談活動での判断のための準拠は、来談学生側により多く置くのに対して、教育指導活動では、その準拠を指導者側においているため、ここでは、異質の考え方が同時並行的に実行されなくてはならない。具体的には折衷型の学生指導になるのかなと感じている。
- (6) 折衷型の学生相談・学生指導はある意味で現実的であり、具体的であるが、それなりの限界がある。来談学生の病理水準によっては、折衷型は適用困難である。学生相談活動の場合、常に問題となることであるが、来談学生の課題がより発達水準のものであるか病理水準のものであるかについての判断（診断）が行われ続けられなければならない。将に匙加減が必要である。一回一回の面接過程で、その病理水準を見極めながらの指導態勢を工夫しなくてはならない。具体的には来談学生が研究課題としての芸術療法を協力学生に実施した場合にも、実施後に実施学生が受ける心理的インパクトへのケアが必要となる場合がある。被験者となった学生よりも実験を実施した学生に被影響性が強く、事後支援が必要であった。
- (7) 総括してここでの学生相談は従来型の来談学生の生活上の課題解決のための学生相談ではなく、当該学生の修学生活（修学・私的・内的・日常生活も含めて）の個別相談的指導と言うことである。換言すれば、相談活動と教育指導とが渾然一体となった個別指導である。この活動は在来の教育指導とは異なった新しい第三の教育指導ではないだろうか。

#### 参考・引用文献；

- 今堀誠二 1962 学生補導の歴史と課題：広島大学教養部紀要：学生相談室研究報告PP1-6  
都留春夫 1994 学生相談－理念・実践・理論から－ 星和書店

鳴澤 実 1998 発達援助－学生相談の事例から－ ほんの森出版

河合隼雄 2002 学生相談と心理臨床 金子書房