

教育相談を生かした「いじめ対応」の在り方

Bullying Responses Based on Educational Counseling

西松 秀樹
Hideki NISHIMATSU

抄録

効果のないいじめ対応の在り方を探るため、文部科学省が実施した「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」によるいじめの状況をもとに、いじめ防止に向けた基本方針や小学校で実践されている対策の検討を行った。その中で、いじめの防止に向け、教育相談を効果的に活用する取組について考察した。すべての教職員が児童の相談相手となり、話しやすい状況で教育相談を実施している取組が有効であった。あわせて、教育相談の基盤となるカウンセリングについての理論と技法を取り上げた。

キーワード いじめ、教育相談、カウンセリング、未然防止、早期対応、対処

I. はじめに

「いじめ」は、いじめられた児童生徒の教育を受ける権利を著しく侵害し、心身の健全な成長及び人格の形成に重大な影響を与える。また、生命または身体に重大な危険を生じさせるおそれがある。本稿では効果的な「いじめ対応」の在り方を探るため、直近のいじめについての状況をまとめ、いじめ防止に向けた基本方針や対策について検討を行う。その中で、教育相談を活用したいじめ対応について考察する。あわせて、教育相談の基盤となるカウンセリングについての理論と技法を検討する。

II. いじめについて

1. いじめの定義について

文部科学省が毎年実施している「児童生徒の問題行動等生徒指導上の諸問題に関する調査」において、いじめの定義は次のように変化している。昭和61年度の調査では、「自分より弱い者に対して一方的に、身体的・心理的な攻撃を継続的に加え、相手が深刻な苦痛を感じているものであって、学校としてその事実（関係児童生徒、いじめの内容等）を確認しているもの。なお、起こった場所は学校の内外を問わないもの」と定義され、平成6年度の調査からは、「自分より弱い者に対して一方的に、身体的・心理的な攻撃を継続的に加え、相手が深刻な苦痛を感じているもの。なお、起こった場所は学校の内外を問わないとする。なお、個々の行為がいじめに当たるか否かの判断を表面的・形式的に行うことなく、いじめられた児童生徒の立場に立つて行うこと。」と変更されている。

平成18年度には、「一方的に」「継続的に」「深刻な」といった文言を削除し、「当該児童生徒が、一定の人間関係のある者から、心理的、物理的な攻撃を受けたことにより、精神的な苦痛を感じているものとする。なお、起こった場所は学校の内外を問わない。」と定義された。

現在は、「いじめ防止対策推進法」の施行に伴い、平成25年度から以下の通りに定義されている。「いじめ」とは、「児童生徒に対して、当該児童生徒が在籍する学校に在籍している等当該児童生徒と一定

の人的関係のある他の児童生徒が行う心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものも含む。）であって、当該行為の対象となった児童生徒が心身の苦痛を感じているもの。」とする。なお、起こった場所は学校の内外を問わない。定義については、このような変遷を遂げている。具体的には次のような例で「冷やかし・悪口を言われる」、「金品を取られる」、「持ち物を壊される」、「仲間はずれにされる」、「暴力を受ける」、「嫌なことをされる・させられる」、「インターネット上で嫌なことをされる」などが考えられる。

2. 重大事態について

重大事態とは次に掲げる場合である（いじめ防止対策推進法28条）。

- ・いじめにより当該学校に在籍する児童等の生命、心身又は財産に重大な被害が生じた疑いがあると認めるとき。
- ・いじめにより当該学校に在籍する児童等が相当の期間学校を欠席することを余儀なくされている疑いがあると認めるとき。

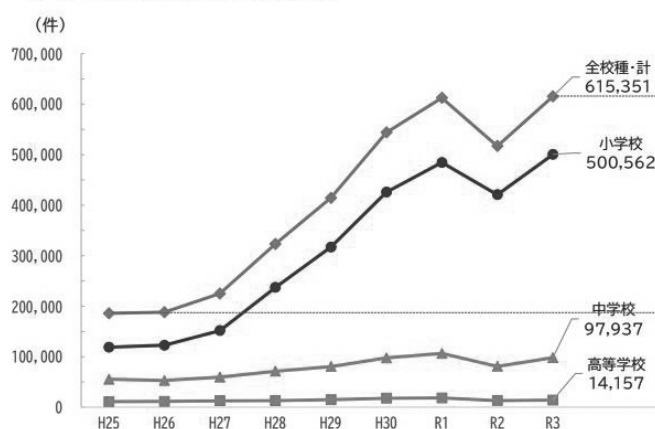
学校の設置者は、重大事態に対処し、及び当該重大事態と同種の事態の発生の防止に資するため、速やかに、当該学校の設置者又はその設置する学校の下に組織を設け、質問票の使用その他の適切な方法により当該重大事態に係る事実関係を明確にするための調査を行うものと定められている。

3. いじめの状況

令和3年度「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」の結果によると、小・中・高等学校及び特別支援学校におけるいじめの認知件数は615,351件（前年度517,163件）であり、前年度に比べ98,188件（19.0%）増加している。児童生徒1,000人当たりの認知件数は47.7件（前年度39.7件）であった。なお、この認知件数は過去最多を記録している。学校種別では、小学校500,562件、中学校97,937件、高校14,157件、特別支援学校2,695件であり、

スマートフォンなどによる「ネットいじめ」が過去最多の21,900件に上った。いじめで身体的被害や長期欠席などが生じた「重大事態」も前年度より191件増の705件であった。令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の影響があるものの学校行事などの様々な活動が徐々に再開され、接触機会が増加し、いじめの認知件数も増加したと考えられる。学年別では、小学校2年生の認知件数が多い状況が続いている。

■ いじめの認知件数の推移



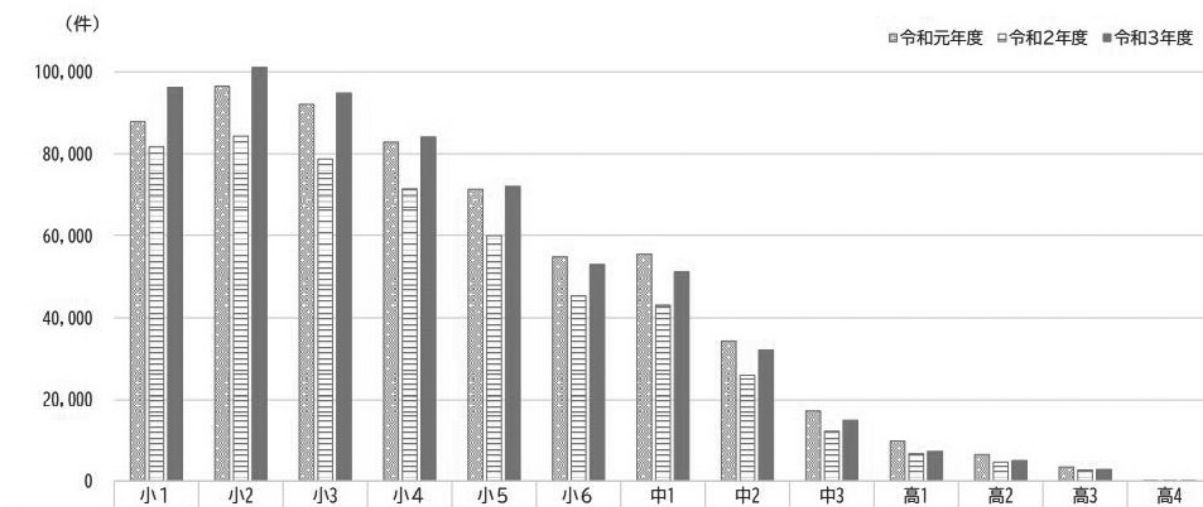
4. いじめ解消とは

いじめの防止等のための基本的な方針では「解消している」状態とは、少なくとも次の2つの要件が満たされている必要がある。ただし、これらの要件が満たされる場合であっても、必要に応じ、他の事情も勘案して判断している。

＜いじめに係る行為が止んでいること＞

被害者に対する心理的又は物理的な影響を与える行為（インターネットを通じて行われるものを含む。）

Ⅱ 学年別 いじめの認知件数



が止んでいる状態が相当の期間継続していること。この相当の期間とは、少なくとも3か月を目安とする。ただし、いじめの被害の重大性等からさらに長期の期間が必要であると判断される場合は、この目安にかかわらず、学校の設置者又は学校いじめ対策組織の判断により、より長期の期間を設定するものとする。

＜被害児童生徒が心身の苦痛を感じていないこと＞

いじめに係る行為が止んでいるかどうかを判断する時点において、被害児童生徒がいじめの行為により心身の苦痛を感じていないと認められること。被害児童生徒本人及びその保護者に対し、心身の苦痛を感じていないかどうかを面談等により確認する。

大津市では「大津市いじめの防止に関する行動計画（2017）」に基づき、様々な施策が実施されてきている。

◇市・教育委員会が実施する施策

- ・子ども主体のフォーラムの開催
- ・多様な相談窓口の設置・子ども支援チームの推進

◇学校が実施する施策

- ・児童会・生徒会主体の活動の推進
- ・子ども支援コーディネーターによる対応
- ・いじめ対策委員会の開催

◇保護者への情報提供

- ・地域・家庭の連携により実施する施策
- ・いじめ防止市民会議の開催
- ・ネットルールづくりの推進
- ・PTAとの協力・連携

◇附属機関・関係機関との連携により実施する施策

- ・子どもをいじめから守る委員会
- ・いじめ等事案対策検討委員会
- ・関係機関との連携

◇包括的な施策

学校いじめ防止基本方針の策定・教員の多忙化の解消

Ⅲ. いじめ防止にむけた対策例

1. いじめ防止等のための対策の基本的な考え方

以下は、いじめ防止に向けた対策として、大津市内の小松小学校のホームページで公開している取組である。

いじめ問題に取り組むにあたっては、「いじめ」にはどのような特質があるかを十分に認識し、日々「未然防止」と「早期発見」に取り組むとともに、いじめが認知された場合の「早期対応」に的確に取り組むことが必要であると考えます。

本校では、いじめの定義に基づき、「未然防止」「早期発見」「早期対応」に関する以下の内容について、組織的に進めます。

①いじめの未然防止

いじめはどの子どもにも、どの学校でも、起こりうるものであることを踏まえ、根本的にいじめの問題を克服するためには、すべての児童を対象としたいじめの未然防止の観点が重要です。

このため、本校では、すべての児童を、いじめに向かわせることなく、より良い人間関係を構築できるよう育み、いじめを生まない環境をつくるために、家庭、地域その他の関係者が一体となって継続的な取組を進めます。

また、教育活動全体を通じ、すべての児童に「いじめは決して許されない」、「いじめは卑怯な行為である」ことの理解を促すとともに、豊かな情操や道徳心、自尊感情や自己有用感、社会性、人を思いやる心などを育みます。

さらに、児童が豊かな人間関係をつくることができるよう、児童一人ひとりに、あらゆる教育活動を通じて、相手の気持ちを理解できる心の育成を図るとともに、児童が人権の意義や人権問題について正しく理解し、自分と他者の人権をともに大切にし、実践的な態度を身につけられるよう努めます。

加えて、児童の自主的・自治的な活動を進め、児童自らがいじめの未然防止に取り組むなどして、すべての児童が安心して生活し、学ぶことができる学級・学校づくりを推進します。

については、上記のことに関して、本校では、以下のような取組を重点的に進めます。

(1) 子どもの主体的な参画

No.	行動計画の具体的取組	取組目標
1	児童会を主体とした活動の推進	・学級でつくる日めくりカレンダー「なかよし行動せんげん」を回収し、校内に掲示をし、給食時間中に校内放送で紹介をすることによって、いじめの根絶を目指す。
2	学校・学級及び個人のいじめ防止に関する取組目標の設定	・「いじめに関するアンケート」をもとに、各学級でいじめに関する学級指導を行った後、各学級のいじめ撲滅の日めくりカレンダー「なかよし行動せんげん」を作成する。さらに、それらをもとに今年度の児童会の活動方針を作成する。

(2) 子どもに対する教育・啓発

No.	行動計画の具体的取組	取組目標
1	子どもの心を豊かにする教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 道徳の「生命尊重」に係る学習や「いのち」の重要性に触れることのできる教材を用いた学習を通して、さまざまな「いのち」との関わりを実感させ、思いやりのある子どもを育てる。 ・ 年1回、全学級で命の尊さに関する道徳授業を実施する。
2	自他ともに認め合う人権教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 道徳の時間に「なかま」や「友だち」に関する授業を行ったり、各学級の実態に合わせて仲間作りイベントを行ったりする。それらを通して、集団の中で多様な個性が輝き合い、お互いの存在を尊重しながら、信頼で結ばれた成長し合う関係づくりをめざす。 ・ 12月に「心あったか〇〇の日」を設定する。
3	いじめ問題にかかる子どもの解決力を育むための教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ いじめに関するアンケートをもとに、学級の実態に合わせて、「いじめの構図」や「いじめの心理」「いじめ撲滅」などの学級指導をする。
4	専門家によるいじめ問題や人権教育等にかかる授業の実施	<ul style="list-style-type: none"> ・ いじめ問題及び人権教育等などに関するゲストティーチャーを招いて、授業や講演を実施する。
5	子どもの存在や意見が大切にされる授業づくり・学級づくりの推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 全教科にわたり、可能な限り少人数グループを使った学習を実施する。 ・ 道徳性を育む環境づくり、係活動、みんな遊び等、子どもの自主的な活動を推進する。
6	いじめ防止啓発月間・人権週間における取組	<ul style="list-style-type: none"> ・ 6月に「いのち」の重要性に触れることのできる教材を用いて学習する。 ・ 10月に、「なかま」「友だち」に関する授業を行い、各学級で仲間づくりに積極的に取り組む。また、各委員会活動で、いじめ撲滅運動を計画し、10月中に実施する。 ・ 12月に『心あったか〇〇の日』を設定する。
7	思いやりの心を育てる異年齢交流の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 新型コロナウイルス感染症の状況を考慮しながら、異学年たてわり集団によるたてわり清掃やたてわり遊びの実施を検討する。 ・ 〇〇ハイクを実施する。 ・ 運動会で2学年による縦割りの団体演技を実施する。
8	ネット上のいじめを含めた情報モラル教育の推進	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各教科等の中で、情報モラル教育を推進する。また、他のいじめと同様に、スマートフォンや通信機能付きゲーム機を用いた「ネット上のいじめ」も決して許さない態度を育てる。 ・ ネット上のいじめについて、学校からのお便りなどで保護者に、始業式・終業式、校内放送などで児童に啓発を図る。

(3) 教員に対する研修・支援

No.	行動計画の具体的取組	取組目標
1	いじめ対策に関する校内研修の実施及びいじめ対策の取組にかかわる教員体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ・ 8月に自殺予防教育、人権学習等に関する校内研修会を実施する。 ・ いじめ問題に対応する際の教員の連携・連絡体制を明確にし、早期対応、複数対応を徹底する。
2	学校いじめ防止基本方針及び子ども支援コーディネーター等の周知	<ul style="list-style-type: none"> ・ 年度当初に子どもや保護者、地域関係者に授業や懇談会、学校運営協議会などを通して、わかりやすく説明し、学校のホームページに小学校いじめ防止基本方針を公表する。 ・ いじめ事案の相談や対応を担当する存在として、子ども支援コーディネーターの周知を図る。
3	いじめ事案対応にかかる教員への指導・助言及び組織的支援体制の充実	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「いじめ防止対策の充実に向けて」を利用しながら、いじめの定義、いじめの問題への対応について周知徹底する。いじめ事案が発生したときには、子ども支援コーディネーターを中心に組織で解決に当たっていく。

(4) その他（学校独自の取組）

取組目標
<ul style="list-style-type: none"> ・ 12月に「心あったか〇〇の日」を設定する。 ・ コミュニティ・スクールを活用し、地域全体でいじめをなくす風土を育てる。
<ul style="list-style-type: none"> ・ 新型コロナウイルス感染症の状況が収束次第、異学年たてわり集団によるたてわり清掃やたてわり遊びの実施を検討する。

②いじめの早期発見

いじめは、大人の目に付きにくい時間や場所で行われたり、遊びやふざけあいを装って行われたりするなど、大人が気付きにくく、事実認定が難しいものです。しかしながら、いじめやその疑いを見逃してしまうと、より深刻な状況を招いてしまいます。

いじめの早期発見は、いじめへの迅速な対処の前提であることから、すべての大人が連携し、児童のささいな変化に気づく鋭い観察力を高める必要があります。

このため、本校では、日頃から児童の様子をしっかりと見守り、わずかな兆候であっても、背景にいじめがあるのではないかと疑いを持って、速やかに的確な関わりを持ち、いじめを隠したり、軽視したりせず、積極的に認知できるよう努めます。その際、個々の行為がいじめに当たるか否かの判断は、表面的・形式的にすることなく、いじめを受けた児童の立場に立って行います。

また、教職員間や学校と保護者との間の情報共有を緊密にし、児童の状況をきめ細かに把握できるよう努めます。さらに、児童にとって、いじめられていることは周りに相談しにくいものであります。児童が安心して相談できるよう、教職員は、日頃から積極的に児童に声かけをするなど、児童との信頼関係を築くとともに、定期的な調査や教育相談の実施、相談機関の周知等により、いじめを訴えやすい体制や環境を整えます。加えて、より多くの大人が児童の悩みや相談を受け止めるため、地域、家庭が組織的に連携・協働する体制を構築できるように努めます。ついては、上記のことに関して、本校では、以下のような取組を重点的に進めます。

(1) いじめに関する情報収集

No.	行動計画の具体的取組	取組目標
1	いじめに関する定期的なアンケート調査の実施	・いじめに関するアンケート調査を年間3回程度実施する。
2	子ども支援コーディネーターを中心としたいじめの疑いを含めた情報の集約	・週1回、職員の共通理解を図るため、情報交換の場として「定期いじめ対策会議」を開く。 ・子ども支援コーディネーターを中心に、複数の目で子どもの状況や様子を把握する。
3	いじめが発生するピーク時の校舎内及び校門等における見守り活動の実施	・朝の会の時間帯に、全クラスへ巡回・見回りを実施する。
4	いじめ等の悩みの把握及び教育相談の実施	・「全校児童対象の教育相談週間」を6月と11月と2月に実施する。 ・月2回程度、「スクールカウンセラーによる教育相談」を行う。
5	日頃からの家庭との連携及び情報交換の実施	・日頃から連絡帳のやりとり、電話連絡、家庭訪問などを通して、子どもの気になる様子や頑張っている姿などの情報交換を実施し、家庭との連携を図る。
6	ネット上のいじめにかかる保護者との連携強化	・子ども達が、ネット上のいじめの被害を受けていないか、また、被害を与えるような書き込みなどをしていないかなど、保護者からの情報を得ながら、学校と情報を共有し連携しながら対応に努める。

(2) いじめに関する情報共有

No.	行動計画の具体的取組	取組目標
1	いじめ事案の情報共有を図るための「いじめ対策委員会」の開催	・週1回、職員の共通理解を図るため、「定期いじめ対策委員会」で情報交換の場を持つ。 ・いじめ問題が発生したとき、「緊急いじめ対策委員会」を随時持つ。
2	学年及び校種を越えた情報共有の推進	・週1回の定期いじめ対策委員会で情報共有を図る。 ・小規模校の良さを活かし、普段から職員室で情報共有を図る。 ・保・幼・小・中学校連絡会議を必要に応じて開き、情報共有を図る。

(3) その他（学校独自の取組）

取組目標
・10月～11月に4年生以上の「児童対象の教育相談」では、担任だけでなく、全ての教員やスクールカウンセラーを含めた全校体制で、子どもの意向に沿った教育相談を行う。

※いじめのサイン

*表情や態度：沈んだ表情。口をききたがらない。わざとはしゃぐ。ぼんやりした状態である。
視線を合わせるのを嫌う。

- *服装：シャツやズボンが破れている。ボタンがとれている。服に靴のあとがついている。
- *身体：顔や身体に傷やあざができています。マジックで身体へのいたずら書き。登校時に身体の不調を訴える。
顔がむくみ、青白い。
- *行動：ぼつんと一人でいることが多い。急に学習意欲が低下。忘れ物が多くなる。特定のグループと行動するようになる。使い走りをさせられる。プロレスの技を仕掛けられる。
- *持ち物：持ち物がしばしば隠される。持ち物に落書きされる。必要以上のお金を持っている。
- *周囲の様子：人格を無視したあだ名を付けられる。よくからかわれたり無視されたりする。発言に爆笑が起きる。
- *保護者からの連絡（連絡帳・電話など）で次のようなことがあった場合は、ただちに子ども支援コーディネーターまで知らせるようにします。

③いじめへの対処

児童からいじめの相談を受けた段階、あるいは、いじめがあることが確認された段階では、すでに深刻な状況にあるとの認識に立つ必要があります。

このため、本校では、いじめがあった場合はもちろんのこと、いじめの疑いがある段階で、いじめを受けた（もしくは受けたと思われる）児童やいじめを知らせてきた児童の安全を確保しつつ、「いじめ対策委員会」を開催します。その場で、情報の共有を図るとともに、指導方針等について検討し、直ちに対処します。

この際、いじめを受けた児童の立場に配慮しつつ、関連する児童から事情を確認するとともに、必要に応じて専門家と連携し、適切な支援に努めます。

また、家庭や市教育委員会への報告・連絡を行い、緊密な連携を図ります。

加えて、いじめを行った児童に対して必要な教育上の指導を行っているにもかかわらず、その指導により十分な効果を上げることが困難な場合などには、必要に応じて、心理、福祉、医療、司法、警察等の関係機関と適切な連携を図ります。

このため、平素からすべての教員の間で、いじめを把握した場合の対処のあり方について共通理解を図るとともに、迅速かつ的確に対処できるよう、関係機関との連携に努め、情報共有する体制を構築します。については、上記のことに関して、本校では、以下のような取組を重点的に進めます。

（１）いじめの対処

No.	行動計画の具体的取組	取組目標
1	組織的にいじめ事案に対処するための「いじめ対策委員会」における対応	・週1回及び緊急時に開催する。（被害者もしくはいじめの情報を伝えたり、相談に来た児童から話を聴いたりする場合は、他の児童の目に留意し、場所・時間等について十分配慮する。）
2	いじめ事案の解決に向けた対応	<ul style="list-style-type: none"> ・いじめを受けた児童・保護者に対する支援を行う。また、必要に応じ「スクールカウンセラー等の専門家」と連携して支援する。 ・いじめを行った児童への指導、その保護者への助言を継続的に行う。また、学校での指導だけでなく、必要に応じて関係機関等と連携を図り、指導する。

3	ネット上のいじめへの対応	・ ネット上のいじめを確認した場合、被害・加害の背景や事情について考慮し、被害・加害の保護者とともに、連携しながら対応を進める。
4	重大ないじめ事案に関するアンケート調査の実施	・ 重大ないじめ事案が発生したときなど、子どもにアンケート調査を実施する必要があると認められる場合には、迅速にアンケート調査を実施し、速やかに個別懇談を実施するなど、いじめ事案の事実確認を含め、実態の把握に努める。
5	いじめ事案が生じたときの保護者への情報提供	・ いじめ事案が発生したときは、保護者に事実確認できたことや指導方針、内容、また今後の支援等について、家庭訪問を基本として適時適切に保護者に伝える。いじめの事象が見られなくなった後も、保護者と定期的に連絡をとり連携を図る。

(2) その他（学校独自の取組）

取組目標
・ 聞き取りを行うとき、言葉だけでは状況が伝わりにくい児童に対して状況を文字や図に視覚化して表し伝える工夫を行う。

このようにこの小学校では、子ども支援コーディネーターを中心にいじめにむけた取組がなされている。また、道徳の時間に命について感じ取る重点的な取組が見られる。

- ・ 道徳の「生命尊重」に係る学習や『いのち』の重要性に触れることのできる教材を用いた学習を通して、さまざまな『いのち』との関わりを実感させ、思いやりのある子どもを育てる。
- ・ 全学級で命の尊さに関する道徳授業を実施する。

Ⅳ. 教育相談をいかしたいじめ対応

1. 教育相談とは

生徒指導提要（2010）によると「教育相談は、一人一人の生徒の教育上の問題について、本人又はその親などに、その望ましい在り方を助言することである。その方法としては、1対1の相談活動に限定することなく、すべての教師が生徒に接するあらゆる機会をとらえ、あらゆる教育活動の実践の中に生かし、教育相談的な配慮をすることが大切である。」

この小学校では、教育相談期間に向けて、児童に「教育相談アンケート」を記入させ、希望する先生との教育相談が円滑に進むよう工夫している。

すべての教職員が相談相手となり、子どもの話しやすい状況で教育相談が実施されている。この中で、児童の状況を細かく把握し、早期発見に努めている。特に困りごとがない場合でも、「相談する経験をもつこと」と「話を聞いてくれる大人がそばにいること」を知ることは児童にとって大きな意味がある。相談したい問題を抱えているときには、教育相談の取組がさらに機能している。

①相談したい教員との教育相談

すでに述べたが、この小学校では「児童対象の教育相談」では、担任だけでなく、全校体制で、子どもの意向に沿った教育相談を行っている。教育相談に向けての事前調査用紙に「相談したい教員」を児童が指名でき、落ち着いた環境の下で教育相談を受けることができる。このような「全校児童対象の教育相談週間」を6月と11月と2月に実施している。

教育相談 アンケート

2学期が始まって1カ月が過ぎました。最近、学校や家庭で困ったり悩んだりしていませんか？

日頃、思っていることや、 感じていることを話してください。

☆ 話したい内容に○印をしてください。 (いくつでもいいです。)

勉強 友だち 家のこと 習い事 からだ その他 ()

☆ 話したい先生を2人書いてください。

() ()

☆ 時間帯はいつがいいですか？ 希望はききますが、多い場合は調整します。

・長休み ・昼休み ・どちらでもよい

②スクールカウンセラーによる教育相談

「スクールカウンセラーによる教育相談」月2回程度希望できる運用になっている。相談を受けた内容で、早期対応の必要があるケースは、本人の同意を得て、子ども支援コーディネーターが対策委員会を開催し、対応していく。

③あらゆる場面での教育相談

学校では十分な時間を取って面接することが難しいかもしれない。休み時間や清掃時間、給食時間、教室、廊下、校庭、学校行事場面、登下校途中、こうしたあらゆる機会を教育相談に活かすことが重要である。短いやり取りでも、児童の心に深く響くこともある。そのためにも、日常の信頼関係づくりに努める。信頼関係があって初めて教育相談が成り立つ。

相談を受ける場合の姿勢として、以下の視点が大切である。

- ・ いじめは、「どの学校でも、どの子にも起こり得る」問題であることを十分認識すること。
- ・ 学校全体で組織的に対応することが重要であること。
- ・ 事実関係の把握を正確かつ迅速に行う必要があること。

相談を受けたとき、児童生徒の不適応問題に早期に気付くためのポイントが生徒指導提要にまとめられている（文部科学省、2010）。

児童生徒の不適応問題に早期に気付くためのポイント

学業成績の変化	成績の急低下は「心が勉強から離れてきた」「心が勉強どころではない不安定な状態になっている」ことのサイン
言動の急変化	「急に反抗的になる」、「つき合う友達が変わる」、「急に喋らなくなる」などの行動の急激な変化は、本人の中で心理的に大きな変化が生じていることに対応するもの
態度、行動面の変化	顔色の優れなさ、表情のこわばり、行動の落ち着きのなさ、授業に集中できない、けがの頻発など態度や行動面に表れるサインにも注目
身体に表れる変化	頻尿、頭痛、下痢、原因不明の熱など身体に表れるサインもある。
児童生徒の表現物	児童生徒の書いた作文、答案、描いた絵や作成した造形物などには、児童生徒が言葉には表現できなかった心が反映されていることに留意

2. 教育相談の基盤となるカウンセリングの理論と技法

教育相談を進めるにあたって、教員が知っておくと良いカウンセリングの理論と技法に触れる。

國分（2008）は、カウンセリングを「相談を依頼する人に対して問題解決をめざすさまざまな専門的な相談援助」、「言語的及び非言語的コミュニケーションを通して、行動変容を試みる人間関係」と定義している。カウンセリングは教育だけでなく、様々な分野に活用されている。また、その背景となる理論も多数見られる。そのなかで、教育相談でよく活用される理論を紹介しておく。

<精神分析理論>

フロイトにより提唱された理論で、意識と無意識といった「心」の構造に着目している。私たちが日常的に自他ともに気づく心の部分である意識と夢など自分でコントロールすることができない心の部分である無意識から精神分析を行う。心の病気になったとき、「無意識」に存在する記憶に原因があると考え、夢分析や自由連想法という精神療法によって意識化させることで治療できるとした。生じている現象や言動にだけでなく、背景、事情や考え方について考えていく。その中で、自分の性格の成り立ちや感情や言動のくせを理解しておくことが望ましいとされている。

<自己理論>

ロジャーズにより提唱された理論で、来談者中心療法を発展させ、「パーソンセンタード・アプローチ」と呼ばれている。心の姿を、「自分で感じている自分の心の姿（自己概念）」と、「他人が感じているその人の心の姿（経験）」とに分け、ズレが大きいほど、人は悩んでいると考える。「自己概念」に注目し、主観的な思いを受け止め、寄り添う（受容）。この過程を通じて、自己概念と経験のズレが小さくなり、心の成長によって治療されていくと考える。

「ロジャーズの3原則」

- ・ 共感的理解…クライアントの感じている世界を自分自身のものであるかのように感じ取り、それを伝え返す関わり
- ・ 無条件の肯定的受容…自身の価値観や志向にとらわれることなく、あらゆる側面について肯定的に受け止めること
- ・ 純粋性…向き合う際に、自分自身が安定した状態であり、なおかつ、あるがままの自分でいようとする

<行動理論>

行動理論は、客観的、実証的に人間の行動をとらえる「行動主義心理学」の考え方を基本にしている。

この理論をもとにした行動療法では、測定可能な行動をターゲットして、行動の「強化」や「弱化」といった行動の制御をしていく。

<認知理論>

感情や思考は「自分」あるいは「自己」に属するものと捉え、「自分を変える」という枠組みの中に「感情や思考を変える」というものを入れる。この理論をもとにした認知療法は、ベックが提唱した。人の固定的な考えを認知のゆがみに焦点を当てて修正をしていく。

また、教育相談に有効なカウンセリングとして、「開発的カウンセリング」、「予防的カウンセリング」がある。

<開発的カウンセリング>

自立して豊かな社会生活が送られるように、心身の発達を促進し、社会生活に必要なライフスキルを育てるなどの人間教育活動を行う。全ての子どもを対象とし、教科学習や特別活動、総合的な学習など、学級、学校全体の教育活動を通して、児童生徒の成長を促進する。

<予防的カウンセリング>

心身のちょっとした変化に気づくことができれば、教師から問題の発生や軽減に取り組むことができる。性格、現在の状況、ストレス、悩み、問題などを把握し、問題が発生しそうな子どもに予防的に働きかけ、主体的に自らの力で解決できるよう支援する活動を行う。休息や睡眠、栄養、運動などの身体の基本的な習慣を整えるとともに、リラクゼーション法を実行することで、心身の回復が促進される。

さらに、カウンセリングの技法を効果的に活用して教育相談を進めて行くことが求められる（大津市教育委員会、2017）。

<つながる言葉かけ>

いきなり本題から始めるのではなく、始めは相談に来た労をいたわり、相談に来たことを歓迎する言葉かけ、心をほぐすような言葉かけを行う。

<傾聴>

丁寧かつ積極的に相手の話に耳を傾ける。よくうなずき、受け止めの言葉を発し、時にこちらから質問する。

<受容>

反論したくなったり、批判したくなったりしても、そうした気持ちを脇において、児童生徒のそうならざるを得ない気持ちを押し量りながら聞く。

<繰り返し>

児童生徒がかすかに言ったことでも、こちらが同じことを繰り返すと、自分の言葉が届いているという実感を得て児童生徒は自信をもって話すようになる。

<感情の伝え返し>

不適応に陥る場合には、自分の感情をうまく表現できない場合が少なくない。少しでも感情の表現が出てきたときには、同じ言葉を児童生徒に返し、感情表現を応援する。

<明確化>

うまく表現できないものを言語化して心の整理を手伝う。

<質問>

話を明確化する時、意味が定かでない時に確認する場合、より積極的に聞いているよということを伝える場合などに質問を行う。

＜自己解決を促す＞

本人の自己解決力を引き出す。

これらの技法を、効果的に活用し、児童生徒の気持ちによりそう教育相談をしていきたい。

V. まとめ

本稿では新型コロナウイルス感染症の対策が継続されている、令和4年の報告でいじめ認知件数が過去最大となり、いじめ重大事態が増加していることを確認した。心身の健全な成長や人格の形成にむけ、いじめが発生した場合でも少しでも早く発見し、対応していくことが求められている。そのためにも教員の観察力の向上とシステムとして相談しやすい仕組みづくりが必要となる。小学校の年間にわたる取組から、未然防止、早期発見、対処の事例を報告した。「何事も生じていないとき」に児童をよく観察しかかわりを持っておくことで、いざ何かが生じたときに、状況の判断と働きかけが適切にできるようになるのである。日頃からの関係づくりが大切であるのは言うまでもない。新型コロナウイルス感染症の影響もあり、小中学校の不登校数も24万人と急増し、児童との心の成長に影を落としている。コロナによるストレスが対人関係に現れ、マスクで表情が読み取りにくいことも影響し、自分が意図しないところで他人を嫌な思いにさせている。小学校のうちから丁寧に話を聞いて指導していくことが大切である。

最後に、今後の取組のキーワードをあげてみたい。

「教育相談の充実」…効果的な校内体制の構築、カウンセリングへの研修、コミュニケーション能力

「人材の確保」…いじめ対策教員の専従、発生時の被害者、加害者からの早期の公平な聞き取り

「家庭への支援」…保護者不安（経済、感染、養育）への対応

「心理教育の充実」…あらゆる活動時間で工夫して、自分も仲間も大切していく子どもを育成していく。

過去の経験を生かし、心理学の知見を有効に活用し、小学校の早期から児童の話を丁寧に聞いて指導し、児童が安心できる居場所を作っていくことが喫緊の取組となる。

引用文献

國分康孝（2008）. カウンセリング心理学事典 誠信書房

文部科学省（2010）. 生徒指導提要

文部科学省（2022）. 令和3年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果

大津市教育委員会（2017）. 初任者研修ハンドブック

大津市（2017）. いじめの防止に関する行動計画

西松秀樹 大津市立小松小学校 校長

