

秋田県教育カウンセラー協会機関誌

# 教育カウンセラー あきた

第18号

2010年（平成22年）10月9日発行

## カウンセリングへの理解を 深めたい

秋田県教育カウンセラー協会  
代表 水戸谷 貞夫

今年、戦後の我が国の歩みが各方面で取り上げられ、多くのことが話題になっていた。教育についても、アメリカの指導による新教育の在り方などが取り上げられたのである。

そして、新教育課程の実施の在り方が学校現場の急務とされていることから、カウンセリングについて考えてみたいので、本稿を認めている。

ガイダンスの必要が認識されたのは、昭和24～25年頃であったとされ、当時、秋田大学附属中学校、由利郡亀田中学校、岩手県の長内中学校などでは、ガイダンス・プログラムの中にカウンセリング計画が取り入れたことを伊東博先生が（注1）昭和34年の御著書の「カウンセリング入門」に述べておられます。

さらにこの本は、昭和38年に改訂され、「カウンセリング」として刊行されています。この2冊の御著書は、多くの方々に読まれたと述べておられます。伊東先生は、より役立つことを加え、昭和38年に「新訂・カウンセリング」と改めて刊行されています。この本は、私が進路指導担当官だった昭和54年頃には第16版になり職場でも話題になった

ことを記憶しています。

ここでは、このご著書で取り上げられたことなどを紹介してみることにします。

I あなたはカウンセラーになれるか、から始まって、II 誰でも問題を持っている、では、中学生・高校生の問題、若い工員たちの問題、若い世代の問題、成人の問題、などを取り上げています。III カウンセリングの誤解と問題点では、前者で五つの誤解を、後者では六つの問題点を取り上げています。IV カウンセリングの本質では、人間存在の本質とカウンセリングの条件をあげ、V カウンセリングの発達、では、アメリカのカウンセリングの理論とその発達、我が国におけるカウンセリングの発達、について述べておられます。さらに、相談室、カウンセリングの過程、カウンセリングと人間関係、カウンセラーになるには、などについても触れておられます。

現在、「教育カウンセラー」としてご活躍の方やこれから「教育カウンセラー」を志す方には、伊東先生のご著書にぜひ触れていただきたいと願うものであります。

（注1）伊東 博先生 1919年（大正8年）秋田県生まれ、1938年（昭和13年）秋田師範卒業、1948年（昭和23年）東京文理科大学卒業、その後1950年アメリカのミズーリ大学大学院で Master of Education を取得し、秋田大学から横浜国立大学に勤務（教授として）され、日本カウンセリング協会の理事長もなさっておられます。

## カウンセリング・トピックス ～ 「傾聴」

協会理事 上級カウンセラー 浅沼知一

カウンセリングに対する誤解のひとつに「カウンセリングとは、カウンセラーがクライアントに対して誤りを指摘し、正しいことを話す行為（会話・言語活動）だ」というモノがある。相談ボランティアの養成講座で応募者に動機を尋ねると「悩んでいる人に、私の人生経験から助言をしてあげたい」… 的な回答を耳にすることも少なくないし、初めてカウンセリングを利用した



クライアントが終了後に、「タクサ話を聴いてもらったのが

意外だった。もっと批判されたり、指導されると思っていた」… との感想を話すことも多い。

國分は「カウンセリングとは、言語的および非言語的なコミュニケーションを通して行動の変容を試みる人間関係である」と定義しており、1対1での対話に限らず、SGE（構成的グループ・エンカウンター）のように集団を対象とするセッションや、あるいは、必ずしも会話・対話がメインでない活動も「カウンセリング」に含まれるのだが、いまだに上記のようなイメージを持たれているようである。

一方、少しでも専門的に学んだ経験のある人は「カウンセリングとは、話を聴くこと」のように理解していることが多い。これは、わが国でもっとも広く普及しているカウンセリング理論である「来談者中心療法」（ロジャーズ派）が、傾聴を重視していることが大

きいだろう。ロジャーズ派ほどではないにせよ、他の流派・理論の多くも「クライアントの話を良く聴くこと」を説いており、「カウンセリング ≡ 傾聴」という理解は、あながちマト外れとは言えないように思う。



とはいえ、カウンセリングを学んだ人でも、「傾聴する」「話を聴く」という行為を受身の態度と誤解している場合がある。たしかに、カウンセリング場面に第三者として立ち会うと「カウンセラー = 聴く = 消極的・受動的」… のように思えるかもしれない。しかし、カウンセラーは無為に漫然と聞いているのではない。相手から話される問題・内容とその解決、自己とクライアントとの関係性を考え続けながら、自らの表情や動作、応答する声の調子等を工夫して、「聴く」というアクションから非言語的なメッセージを発信し、カウンセリング空間をリードしているのだ。

カウンセリングにおける傾聴は、とても積極的・能動的な働きかけなのである。

参考・引用文献 『カウンセリングの技法』；誠信書房，國分康孝，1979



## 授業の紹介

### 『楽しみながら自己発見し、前進できるように』

看護大学1年生の授業の紹介

協会理事 上級教育カウンセラー 小坂 信子  
(日本赤十字秋田看護大学 准教授)

私は今、看護大学に勤務しております。看護師が日常的に経験する患者との相互作用の過程は、看護師が患者の問題を把握して積極的に働きかける場合と患者のほうから看護師に援助を求めてくる場合があります、どちらもよい対人関係の構築が重要となります。

今回は、1年(110名)前期に開講している援助的人間関係論の授業を紹介したいと思います。この時期の1年生は疾病などの専門的知識は学習しておりません。そこで、授業前半は相手と相互関係を築くための基盤として、自己の傾向の理解や他者との初期的関係づくり、受容的態度の修得などにエクササイズやS G Eの手法を取り入れております。

5月連休明けの授業では、「受容的態度の理解とその方法」でエクササイズ「私の話を聞いて」(國分;2004)を実施します。テーマは誰でも参加できる「5月の連休で楽しかったおもしろかった話」。テーマをパワーポイントで授業開始時より提示し、リレーションづくりのゲームを行った後、2人一組で実施。その後各自でアイメッセージで「感じたこと」を振り返り用紙に記入、次に2人で次に全体でのシェアリングを実施します。全体シェアリングでは、学生が感じたことの発表であるため、基本的には「なるほど」「そういうこともありますね」と受けます。ただ「感じ方が人それぞれでした」というような発表には「どのようにそれぞれなのか、具体的に聞かせてください」という質問をします。授業終了後、集めた振り返り用紙は付箋片手に大急ぎで眼を通し、いろいろな視点の感想に付箋をつけ、その後一気にA4版サイズにパソコン入力(エクセル)し、次の授業に間に合うようにまとめます。学生は自分の体験をあげ小坂の解釈は異なるのではないかと述べてく

る頼もしい学生もおります。また、否定的な感想(～不得意である。～できなかった)があった場合は、「→★(小坂の意見マーク)自己発見しましたね。そういうこともありますよ。解決策もわかりましたね。」と記載し、否定的な感情が高まらないように配慮します。次回の授業で配布すると夢中に読んでいる状況もあり、なるべく全学生の意見を順次掲載できるようにしたいと考えています。次に、振り返りの例をご紹介します。

・まだ話したことの無い人もいて、話すきっかけになった。相手と話すきっかけは、自分で作るには少し勇気がいるなぁと考えた。相手の笑顔にとっても救われる気がする。相手からの反応が嬉しいと思った。→★「相手の笑顔と反応」により救われる…この体験を忘れないでください。

・人の表情や態度によって、自分の気持ちが驚くほど変化したことに気づきました。

学生は青年期の発達危機に直面するのに加えて、この授業で自分と向き合い看護者としての役割も求められるため種々の葛藤が生じる可能性が高いと考えられます。授業では「主体的に参加すること」と同時に「これ以上は言えません、これ以上はできません、パスします」という断るスキルも提示し、「悩む時期でもある」「相談窓口になる」とも伝えていきます。また、この授業では、関係構築のための共通の話題として、ツクシを見つけた、タンポポが咲いた、ケーキョケキョケキョと鶯が鳴いた、鳥海山の残雪がきれい、などの情報の仕入れにも忙しい。

参考文献：國分康孝・國分久子(2004)：構成的グループエンカウンター事典,p480,図書文化

## 新 役 員 か ら

監 事 菅 昭 子  
(横手市立浅舞小学校 教諭)

2004年、木村優子先生に誘われて、初めて養成講座に参加させていただきました。受講して「自分が元気になる」ことを実感しました。そのころ一緒に学んでいたのは、明るく元気でエネルギーあふれる子どもたちでした。そのエネルギーをみんなが居心地よい方向に向けることができると感じていたところでしたので、自分が元気になり、もっと子どもたちに向き合っていこうという気持ちになり、うれしくなったことを覚えています。講座の先生方のお話はもちろんですが、スタッフの方々の姿勢や受講する皆さんとのふれあいでいろいろなことを学ばせていただき、そこから元気をもらっています。いつももらってばかりでできることは何もないことを心苦しく思っていました。私に何ができるか自信はありませんが、みんなが元気になることに少しでもお役に立つよう努めています。どうぞ、よろしくおねがいします。

## 編・集・後・記

秋田県は4年連続学力日本一、さらに体力的にもトップクラスだ。不登校の数が全国的に減少しているとも聞いている。しかし、不登校が減っているという実感が自分にはない。どこことなく影の薄い生徒が何人もいるように思える。生徒を理解したい、助けになりたいという私たちの気持ちがその子たちの心の支えとなることを願っている。(Y)

## 書 籍 の 紹 介

今年の養成講座では、講師の先生が執筆された書籍を中心に参考図書として販売します。

### 「教師のためのアサーション」

園田雅代, 金子書房

### 「子どものためのアサーション自己表現グループワーク」

園田雅代, 日本・精神技術研究所

### 「日本の学級集団と学級経営 一集団の教育力を生かす学校システムの原理と展望」

河村茂雄, 図書文化

### 「公立学校の挑戦 小学校 一人間関係づくりで学力向上を実現する」

河村茂雄・粕谷貴志, 図書文化

### 「教師の心のスイッチ 一心のエネルギーを補給するために」菅野 純, ほんの森出版

教師になろうと思ったとき、あなたはどんな先生になりたいと思いましたか？いま、教育が様々な困難を抱えるときは、いまのあなたが「なりたい教師」に向かって歩いていくための、心のスイッチを切り替えるチャンスなのかもしれません。

### 「子どもの問題と『いまできること』探し」

菅野 純, ほんの森出版

### 「教師のためのカウンセリング実践講座」

菅野 純, 金子書房

### 「不登校 予防と支援Q&A70」

菅野 純, 明治図書出版

### 「教師のためのカウンセリングゼミナール」

菅野 純, 実務教育出版

### 「キャンパスの中のアスペルガー症候」

山崎 晃資, 講談社

授業に出られない。単位が取れない。アルバイトもすぐに解雇。いつも孤立している。

そんな学生が急増中！もしかしたら…アスペルガー！？長年にわたって発達障害を研究し大学でも教鞭をとる精神科医が解き明かす現代の若者たちの病理と実態。