

“おもしろくて <sup>わかちあい</sup> ためになる 学びの共有”

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22号

2014年（平成26年）7月5日発行

## 支部代表者会議報告

秋田県教育カウンセラー協会  
代表 濱田 真

先日、日本教育カウンセラー協会支部代表者会議が図書文化社で開催されました。その中から、特に重要と思われる教員免許更新講習、公認心理師法案について報告します。

### ①教員免許更新講習

これまで当協会が実施してきた養成講座を、教員免許更新講習の一環として実施することが可能になりました。更新講習の企画・運営は各県支部が行いますが、文科省への認可申請、受講手続き等は主催団体である一般社団法人日本図書文化社が一括して行います。本講習を受講し、修了認定試験に合格した場合、「履修証明書」が発行されます。同時に、教育カウンセラーの申請や資格更新、昇級試験に申請できるよう「研修証明書」が発行されます。なお、初級教育カウンセラーの資格取得は同時にはできません。

昨年度、図書文化社が文科省の認可を得て更新講習を実施したところ大好評でした。これを受けて、今年度は北海道、山形、富山においても実施されます。当秋田県支部も来年度開催の可能性を探り、前向きに検討を進めたいものです。

### ②公認心理師法案

今日、教育カウンセラー等、心理士の役割がますます重要になっています。これを受けて、現在有力な法案が検討・準備されています。それが公認心理師法案です。

この法律は、公認心理師の資格を定めるとともに、その業務が適正に運用されるように規律し、もって国民の心の健康の確保に寄与することを目的としています。この法律における「公認心理師」とは、心理学に関する専門的知識及び技術をもって、教育、福祉、保健医療その他の分野において、業務に従事する者のことを言います。試験は、公認心理師として必要な知識技能について、文部科学大臣及び厚生労働大臣が行います。

教育カウンセラーが国家資格として認定される日を待ち望んでおります。



---

## NPO日本教育カウンセラー協会理事 村主典英さんを偲んで

---

### 「感謝の気持ちをこめて」

秋田県教育カウンセラー協会 事務局長  
阿部 千春

2014年2月4日に、NPO日本教育カウンセラー協会理事の村主典英さんが59歳の若さで旅立たれました。

2003年4月の秋田県支部設立総会の際には、秋田までわざわざ足を運んでくださりまして、ご挨拶と乾杯のお言葉をいただいております。

いつもにこやかな笑顔で、大きく包んでくださる存在であった村主さんがいらっしやらない現実を受け止めるのはつらいことでした。あまりにも早すぎるお別れとなってしまうしましたが、JECAに、そして心に残してくださったものは計り知れないほど大きいといえます。

困り事があり、村主さんにご相談させていただいたことがございます。その際には、大きな目標をめざしつつ、日々をどのように生きるべきか、どうあるべきかを示唆していただいたように思います。昨年、國分両先生よりいただいた身にあまる有り難いお言葉があるのですが、そのようにできている自分があるとすれば、それはおそらく村主さんからのご助言が私にとりまして大きな下支えになっているからといえます。さり気なくご助言やフィードバックをくださる村主さんの独特の語り方はずっと心に残っております。

以前、私の実家が宮城県にあり、村主さんのご実家のすぐ近くということを知り、親近感を抱かせていただいております。村主さんの歌を聴かせていただいたことがあります。ブルース・スプリングステーンを彷彿とさせる熱い歌われ方が印象的でした。

教育カウンセリングと村主さんに出会えましたことに感謝し、今後、村主さんのご

意志を引き継ぎ、支部活動のより一層の充実、発展に努めてまいりたいと思っております。

ご冥福を心よりお祈りいたします。合掌

### 「感謝の気持ちをこめて」

秋田県教育カウンセラー協会 理事  
佐藤 健吉

村主さんと初めてお会いしたのは2003年4月、秋田県支部設立総会・懇親会の日だったと思います。教育カウンセラー協会理事をなさっておりました。協会のことについては何でもご存じで、私の質問にも快く答えていただいた記憶があります。黒っぽい背広につつまれた存在感があり、知的な雰囲気醸し出されておりました。「協会のことで困ったことがあれば彼に相談してみるといい」ということをどなたかおっしゃっておりました。まさに然り。教育カウンセリングの普及に心血を注がれた方だったと思います。また、教育カウンセリングの普及のみならず教育界を代表する出版社の社長にもなられ、わたしたち教師に多くの学びの機会を与えてくださった村主さん。いままでありがとうございました。心からご冥福をお祈りします。

謹んでご冥福をお祈りいたします。ありがとうございました。



## 「児童生徒の自傷行為について」

中学・高校での相談活動では、以前からリストカットなどの自傷事例を扱うことが多かった。近年では、小学校で問題になることも珍しくなくなっている。今回は児童生徒の自傷行為について考えてみたい。

ここで言う自傷とは、「自殺以外の目的から、非致命的な手段と非致死性の予測を持って、故意に自らの身体に損傷を加える行為」と定義される。種類（方法）は手首を切る「リストカット」が代表的だが、切る部位が腕や脚、また「壁に頭をぶつける」「ライターで皮膚を焼く」など、「切る」以外の行為として生じることもある。

12歳～13歳頃に始まることが多く、発生率は中学生・高校生の約1割（男子7.5%、女子12.1%）程度。自傷事例に対応した経験がある養護教諭は98～99%であり、この調査結果からも自傷は「よくある」「一般的な」症状であることが理解できよう。

自傷行為を主訴に受診すると、精神科系の疾患（ex.不安障害、解離性障害、抑うつ状態、人格障害 etc.）を指摘されることが多い。しかし、学校現場で児童生徒に対応する際、拙速に受診を促すと問題が複雑化し易い。以下のような心理的背景を理解し、共感的な働きかけによって、慎重に医療に繋ぐ対応を行いたい。

自傷に関する最も基本的な誤解は、「死にたい気持ちがあって、自殺企図をしている」…だろう。しかし、児童生徒の自傷は多くの場合、ツライ感情（怒り・不安・緊張・抑うつ等）を緩和する為に行われる。自傷直後には血液中の脳内麻薬様物質の濃度が上昇する…との研究結果もあり、心理的だけでなく生理学的にも「苦痛が和らぐ」効果があると考えられている。根底に人間不信を有する人が、

他者に迷惑をかけず自分一人で苦痛に耐えようとする『孤独な対処行動』がその本質と考えたい。

また、「他者の気を引く為のアピール」と思われることもあるが、これも多くの場合は間違い。いわゆる「SOSサイン」として示されることもあるが、それは少数であり、多くは上記のように、他者に助けを求められず、自分一人でひっそり行われる。

自傷の最大の問題は、「苦痛を緩和する＝生きるための手段」として繰り返すうちに効果がなくなり、逆に「苦痛をもたらす＝死にたくなる原因」に転化することだろう。

これは、繰り返すことで耐性を獲得し、苦痛緩和の効果を得る為にエスカレートしていく（頻度・強度が高まる）という経過として観察される。時間の経過によって「ツライ時、切ればマシ」→「切ってもツライが、切らなければなおツライ」→「こんなにツラくて苦しいなら、死んだ方がマシ」…のように変化するのだ。

また、自傷は「摂食障害」、「薬物乱用（多量服薬）」、「性非行」等との親和性が高い。いずれも「心理的な苦痛をまぎらわす」「自分を大切にできない、自己破壊的」な行為という共通点がある。いずれかの傾向がある場合、他の3症状もある（これから起きる）かもしれない、と考えて対応するのが望ましい。

自傷の根本にある心理的特徴は、「自尊感情の低さ」と「人間不信」である。対応のポイントは「自傷させない」（ex.「自傷をしないと約束させる」）ではなく、「気持ちを表現できるようにし、それ（≡自傷をしたくなる苦痛&自傷によって自分を支えてきた努力）を大切に受け止める」となるだろう。自傷を非難せず、まず、「ツライ状況で、これまで頑張ってきたね」と声をかけ、自分自身の正直な気持ちを言葉にできるように、ゆっくりと耳を傾ける…対応を心掛けて欲しい。

（協会理事 上級カウンセラー 浅沼知一）

## 書籍の紹介

10月の研修講座と12月の公開講演会の講師の先生方のご著書を紹介します。

### 📖 宮本信也先生「アスペルガー症候群 高機能自閉症の本 -じょうずなつきあい方がわかる」（主婦の友社）

言葉や知的な遅れがないため、幼少期は発達の問題を疑われにくいのがアスペルガー症候群や高機能自閉症の子どもたち。それが対応の遅れや、周囲からの誤解につながるのです。しかし、適切な対応を心がけることで、彼らは得意な分野で才能を発揮することができるのです。アスペルガー症候群の子どもたちと向き合うあの手この手が、わかりやすいイラストとともに示されています。

### 📖 渡辺弥生先生「子どもの『10歳の壁』とは何か？乗り越えるための発達心理学」（光文社）

10歳前後という年齢は、発達心理学の領域では非常に注目すべき年齢であるとし、このころに子どもにおこる大きな変化を「飛躍の時」として受けとめ、楽しんで見守るために、これまで明らかにされてきた様々な知見を紹介しています。また付随して起きるこの歳ごろ特有の問題への対処法を、渡辺先生の専門であるソーシャルスキル・トレーニングの手法などを交えながら紹介しています。

### 「考える力、感じる力、行動する力を伸ばす 子どもの感情表現ワークブック」（明石書店）

子どもが自分の気持ちや他人の気持ちに気づき、感情を調節し、他人とうまくかかわっていくためのワークブックです。家庭や保育園・幼稚園、学校などで、親や先生と一緒に楽しく学べるよう、工夫をこらしたワークが満載されています。対象年齢は幼児から小学校中学年程度までとなります。

### 📖 玉井邦夫先生

#### 「新版 学校現場で役立つ子ども虐待対応の手引き -子どもと親への対応から専門機関との連携まで-」（明石書店）

2007年度版を大幅に改訂。虐待防止に向けて学校は何ができるのか、その具体的な方法を事例を交えながら解説しています。虐待の基本的知識とともに、子どもや保護者とどう対応したらよいのか、校内、校外との連携、教師のメンタルケアまで多角的に論じています。

### 「〈子どもの虐待〉を考える」（講談社）

〈虐待〉という関係から家族を問い直しています。どこからが虐待と決められるのか。虐待する親は特殊なのか。現場に本当に必要なマニュアルとは何か。臨床・行政の第一線から、問題の本質を説いています。（以上、「BOOK」データベースより引用）

## 編・集・後・記

巻頭言で代表の濱田先生から「教員免許更新講習」「公認心理師法案」のことを話題として取り上げていただいた。養成講座が「教員免許更新講習」の一環として秋田県でも採用になる可能性があるということは実にすごいことだと思う。教育カウンセリングの技法が生徒を指導する面で有効であることが証明されたことになるし、養成講座を受講することで仲間が増えると思うからである。「公認心理師法案」の件も含めて、早期の実現を待ちたいと思う。（Y）