

### 3 面接中盤へアドバイス編

子どもとのカウンセリングの中では、子どもたちからさまざまなことについてアドバイスを求められることがあります。例えば、友達とのトラブルに関して、自分から謝ったほうがいいのか、そのままにしておいたほうがいいのかなどときわめて具体的な問題に関して、「どうしたらよいか」と質問されることがあります。

高校一年生のK子は、友人のし子から休み時間などに常に話しかけられて困っていると、相談室にきました。K子は、常にし子の相手をしなくてはならない状況のため、負担が大きいと訴えます。「し子は休みがちなので、自分が相手をしてあげないと、学校へ来られなくなるのではないかという心配もある。本当は自分のやりたいことを優先したいのだけれど、仕方なくし子に付き合っている面もある」と言います。K子は、スクールカウンセラーに「どうしたらいいんでしょうか?」と疑問を投げかけました。

こういった場合、こちらとしては大変困惑します。カウンセリングは、基本的には、相談に来

た人が自分で考えることを支援するものです。困っていることについて具体的なアドバイスをすることは、カウンセラーの専門的な立場を自分からしないがしろにしてしまっているように感じるものです。そのため、アドバイスを求められた場合でも、アドバイスをするにはためらいを感じます。また、カウンセリングの中で実際にアドバイスをした場合、カウンセラーとしては、子どもとのやりとりの展開やその結末に納得がいかないことも多いと感じます。

例えば、K子に対して、「それとなく、L子を避けるようにしてみたら」などとアドバイスした場合を考えてみます。K子からは、「L子が休むようになったら、どうしたらいいんですか?」「もしL子が休むようになったら、私が悪者になるんじゃないですか?」などと、さらなる疑問が出されるのが大半です。そして、「そういうときはどうしたらいいんですか?」などと、さらにアドバイスを求められるかもしれません。「L子のことをほうっておくと罪悪感も出てきちゃうんですよ、そういう単純な問題じゃないです」などと反論されることもあります。あるいは、K子がそのまま黙ってしまうこともあります。その場合、こちらから何か違うアドバイスをされるのをK子が待っているように感じられます。そして、こちらが必死で考えて提案しなくてはならないような状況に陥ってしまいます。子どもが考えるのを支援している関係ではなく、支援する側だけが一生懸命考えていて、子どもはそれを待っているという関係に陥ってしまいます。これでは、子どもの支援にはなっていないと思われれます。

また、自分自身で考えてもらおうと思い、「どうしたらいいですか?」という質問に対して、「自分ではどう思っているの?」「自分自身ではどうしたいの?」などと質問で返す方法もあります。

## 質問をいったん受け取る

しかし、こういった返し方をした場合、子どもからは「えー、それがわからないから聞いてるんです」とか「うーん、わからないです」などと、不満げな様子で否定的な反応が返ってきがちです。そして、それ以上話が進まなくなってしまうことも多いように思います。

また、カウンセラーという立場としても「自分ではどう思っているの?」と返すのは、子どもがこちらに向けてきた期待をパッと切り捨てているような感覚も生じます。子どもの期待を切り捨てたいわけではないため、こういった言い方では、応答しづらいと感じます。

このように、子どもからアドバイスを求められたときにどんなふうに応じたらいいいのか、大変迷ってしまうことと思います。どんな工夫があるか、考えてみましょう。

「どうしたらいいですか?」などとアドバイスを求める質問を投げかけられたら、その質問をいったん受け取ることをおすすめします。

例えば、「そういうときは、どうしたらいいんだろうねえ…」などと、相手の質問を心の中で反芻するようにしながら、子どもが投げかけた質問を声に出して繰り返してみます。子どもからの質問の内容(答え)にかかわっていくのではなく、子どもが迷ったり悩んだりしている姿勢にかかわっていき、その姿勢をサポートするような感覚で声を発します。

小さな工夫 39

目的地を聞く

そうすると、ほとんどの場合、自分自身で考えを進めていくような反応が子どもから生じてきます。K子の事例でいうと、「本当は、L子自身が、私以外の人にもっと話しかけるようにしないといけないと思うんですよ。私が相手してくれるからって、そこばかりだと、L子自身のためにもならないし…」などと、問題意識が広がってくるかもしれないですね。そうすると、「単純にK子さん自身の負担が大きいからというだけじゃなくて、L子さんにとってもっと良い方法が見つからないかなあってことなんだね」などと応答することができます。

K子が、自分がL子の相手を「するか／しないか」という二者択一の視点で考えている場合には、なかなか進むべき方向を見つけることもできませんが、問題意識が広がっていけば、自然と進むべき道が見つかります。

このように、出された質問の内容（答え）ではなく、「どうしたらいいんだろうねえ」とその質問をいったん受け取ることで、子どもが自分で悩み考える姿勢をサポートすることが良い展開につながります。

アドバイスを求められたときには、「どうしたらいいか」という方法に焦点が当たりがちです。しかし、一番大切なことは、子どもがどちらに向かうかということなのです。