



① 自傷行為(リストカット)する子へのSCによる個別面接

Part 2では、個別面接の模擬事例を通して、さらに解決志向の本質と実践のポイントについて理解を深めていきましょう。

まずは、自傷行為(リストカット)する子へのSCの個別面接で考えていきます。

【事例】 リストカットする中学1年生B子

中学1年生のB子は、7月初めのある日、相談室にスクールカウンセラーを訪ねた。養護教諭に「一度、スクールカウンセラーのところへ相談に行ってみたら」とすすめられたという(スクールカウンセラーは、B子が来る直前に、養護教諭から「もしかしたら、B子が相談に行くかもしれません。そのときはよろしくお願いします。B子は『家庭内でのゴタゴタで、家に寛げる居場所がなくて、強いストレスを感じている』と、ときどき保健室に来て話しています」と聞かされていた)。

B子は来室後、しばらく養護教諭からの報告と同様の話をしたあと、「先生(スクールカウンセラーのこと)、実は、私……」と言いながら、上着の袖をまくり、左腕に無数にできた切り傷跡を見せた。

ありがちなNG対応



事例のような場面に出くわしたとき、どのような対応が思い浮かぶでしょうか。まずは、よくありがちだが、あまり役に立たない(有害にもなりうる)対応について考えてみることから始めたいと思います。

読者の皆さんは、どんなNG対応を思いつかれるでしょうか。「お願いだから、自分をもっと大切に」「先生としては、自分を傷つける行為はしてほしくない」「リストカットを繰り返す人は、死ぬ気は本当はないんだよ」「『死にたい、死にたい』という人は、本当に死ぬことはないですよ」「もう二度としないと約束してちょうだい」……。

いかがでしょうか。そんなバカなこと言わない(言えない)だろうと思う一方で、

つい口をついて出てしまうかもしれない、あるいは、相談される大人側に心の余裕のないときには、心ならずも言ってしまいかねない文言ではないでしょうか。これらのNGフレーズには、「解決志向」からの観点をもち出すまでもなく、基本的なカウンセリングの観点からも大きく2つの難点があるといえます。

1つ目として、「自分を傷つけることはやめなさい」などの発言は、相手（クライアント、ここでは生徒）の思いや行為を否定し、自分（スクールカウンセラー、以下SC）の主張を一方的に語っているだけに過ぎないということです。このような対応の決定的難点は、たとえそれが相手のことを思っている、善意・熱意からの発言であっても、「相手に寄り添う」「共感する」というカウンセリング的かかわりの基本を無視して（省いて）しまっていることです。「相手を直（治）そうとするより、まずは相手を受け止めよ」というカウンセリングの基本を押さえることが大切です。大人の考えを言って聞かせるのではなく、関心を持って子どもの声に耳を傾け、相手から教えてもらうという姿勢を保ち、焦らずに待つ姿勢で、信頼関係を築くことが基本となります。

2つ目として、「もう二度としないと約束して」などと約束を強いることは、子どものためというよりも、大人自身の安心、大人側の保身や責任逃れのためのものとも考えられるということです。「いったい誰のための約束なのだろうか」と振り返って考えてみる必要があります。子どもに約束させることは比較的容易なことかもしれませんが、しかし、約束をさせられる子どもにとっては、負担ばかりを強いられることになりかねません。大人には、約束を取り付けるよりほかにやることがあるのです。「安易に約束をさせようとする大人側の姿勢は、大人側の怠慢の現れかもしれない」と自省することは、このような対応に陥らないために役に立つでしょう。

これら2つのNG対応に加えて、「なぜ、そんなことをしてしまうの？ 先生には正直に話してちょうだい」という声かけもNG対応として挙げられるでしょう。

「なぜ」という問いかけは、問題の「原因」を追究する問題解決型のアプローチです。なんとか早く事態を收拾したいと援助者が考えたいくなる危機的な状況においては、特によくある対応と言えるかもしれません。このような対応でうまくいくことも皆無ではありませんが、自傷行為の「原因」を探って、それを取り除くことで自傷行為を止めようとする発想に固執し過ぎないことも、大切なポイントとなります。

もう1つ、ありがちなNG対応を紹介しておきたいと思います。それは、「つらいね（つらかったね）」といった声かけです。

リストカットなど自傷行為をする児童生徒に接すると、教師やSCはつい、そのような言葉をかけたくなるものです。しかしながら、それはこちら（教師・SC）側の勝手な思い込みに過ぎないかもしれません。相手（児童生徒）がまだ「つらいんです」などと言う前に、こちら（教師・SC）が先回りして言語化してしまうこ

とにはリスクが伴います。児童生徒のことを安易にわかったつもりにならない謙虚さや、相手への敬意が大切です。もちろん、相手が「つらいんです」と語ってくれたときには、「つらいんだね」と共感して受け止めることが重要です。

解決志向的発想による面接



先ほどの事例に対して、解決志向的発想で面接するとどのような様子になるか、逐語形式で見えていきましょう。

SC (B子が見せた切り傷跡に対して、過剰に反応せずに、穏やかに観察した後) ありがとう。よく教えてくれたね。もしかしたら、話しにくいことだったかもしれないのに、よく打ち明けてくれたね。

B子 (うなづく)

SC B子さんは自分では、このことについてどう思っているのかなと、おじさん(SCのこと、以下同様)は考えてるんだけど、教えてもらうことができそうかな。

B子 (少しためらいながら) なんだか、イライラした気持ちになると、知らないうちにカッターで切ってしまってるんです。切った後はスッキリする。

SC そうなんだね。教えてくれて、ありがとう。B子さんは、このことを自分ではどうしたいと思ってるんだろうか。

B子 自分でもよくないなとは思ってるんですけど、やめられないんです。気がついたら切っちゃってます。

SC そうなんだね、自分でもよくないなとは思ってるけど、やめられないんだね。

B子 はい。(しばらく沈黙。SCは軽く何度かうなずきながら待つ) よくないなとは思ってるんですけど、やめたいとは思ってないかもしれない。

SC よくないなとは思ってるけど、やめたいとは思ってないかもしれない。(少し間をおいて) もう少し教えてもらえるかな。

B子 よくないなって頭ではわかってるけど、やめたいという気持ちはあまりしない。むしろ、今はやめたくないという気持ちのほうが強いかも。切ったらスッキリするし。

SC そうか、よくないって頭ではわかってるけど、今はやめたくないという気持ちのほうが強いかもってことかな、切ったらスッキリもすると。

B子 はい。そんな感じです。

SC なるほどね。いろいろと教えてくれてありがとう。ところで、おじさんはどうしたらいいかな。他の人たちは、このことを知ってるのかな。

B子 学校では先生(SCのこと)と保健室の先生だけです。他には話してません。これ以外の先生に話すと、他の先生方とか学校全体に知られてしまうんじゃないかと心配なんです。他の先生方や生徒には絶対に言わないでください。