

## (4-1)SC 向け 実践編

### ①治療動機がない面接のあり方

治療動機がそもそもない面接のあり方について考えていきたいと思います。本人が登場しないケースがほとんどですが、ファースト・クライアントという考え方をご紹介していきたいと思います。

ファースト・クライアントというのは、初めて外部に相談して支援を求めた人、つながった人と言う定義もありますが、要するに困った人ということです。

依存症の問題は、本人が自分で分からなかったり、否認感があつたりします。つまり、自分自身で問題を抱えられていないという状況が、依存症の大きな特徴です。すると、周りの誰かが問題を抱えていることが多かつたりします。場合によっては、先生が困っている場合もあります。困っている人は誰かということのアセスメントしながら、いきなり本人にアプローチをかけていくのではなく、困っている人から相談の対象としていくことがポイントになります。

やりがちなのが、保護者の方が本人を登場させようとして面談の場に連れてこようと指示をするが、うまくいかなかつたりします。本人も分からなかったり、どうせ行ってもまた怒られるという感じで登場しないのは常だつたりします。

(今回ご紹介しているのは)本人を登場させるのではなく、周りからアプローチをするという視点です。

本人は、「わからない」「否認」が背景にある場合が多く、登場しないことの方が多いです。そのため、周りの困っている人からアプローチをしていきます。お父さん、お母さん、あるいは担任の先生であつたりします。そこから関係性を築いていったり、場合によっては、治療契約を結んでいくことにより、継続して面接ができるというところもありますが、「理解のネットワーク」が広がっていく一つの皮切りになっていつたりします。よって、大切なのは、本人を無理やり登場させるのではなく、困っている人からアプローチをすることです。その困っている人は誰かという視点をもってかかわりっていくというところが大切です。

ぜひ参考にしていただけたらと思います。

### ②関係性のアセスメント

関係者の力動をアセスメントする。それぞれの関係性をどのようにアセスメントするのかというところでは、今回、依存症のかかわり、治療的なかかわりの中で、「理解のネットワーク」のお話と、本人が登場しないことがあるので、周りの困っている

人からアプローチをしていくというお話をさせていただきました。そうすると、いろんな関係者がかかわっていくのですが、その関係者の関係性を、どのように見立てていけばいいのかというところを、その困り具合が見える表の活用をご紹介します。

困り具合の図表のところ、まず、どのように書いていくかというと、まず、登場人物をこのように書いていきます。登場人物、本人、お父さん、お母さん、級友、担任、養護の先生、あとは管理職の先生もこの関係者としてかかわっていたり、ネットの中の友人なんてところも見ていきます。その関係性を線でくくっていきます。

まず、ネットの中のつながりが本人としてあるし、緑の線は、学校でのつながりがあったりします。

あとはこの黄色の線は、家族関係のつながりです。そうすると、彼がどんなつながりの中で、今生活をしているのか、彼の関係性が見えてきます。そこに、いろんな思いを書き足していきます。例えば、（本人の思いとして）「成績が下がるとお父さんが不機嫌になる。」「お母さんはいろいろ口を出してくる。」などです。それに対してお母さんはどんな思いでいるのか、「暴言が増えて悪化するのでは」「夫が勉強に固執しているのが悪いんだ」「夫から自分（妻）が原因だと言われている」など、そんな思いが見えてきます。それに対してお父さんは、「学歴がないと社会に出たときに苦労するので、勉強の必要性がある。」「自分も学歴で失敗して望んだ仕事につけず苦労してきた」「妻が甘やかしすぎている」などです。これはいろんな情報から集めていくとだんだん埋められてくると思います。

では、学校ではどうでしょうか。担任の先生は、「不登校の原因は保護者が甘やかしすぎているからなんだ」「本人をなんとか説得したいが、コンタクトがとれないもどかしさを感じている」「転学や転出の可能性も考えた方がいいのではないか」「不登校の生徒にかける負担があったりする」など先生も本人のことを考えていたりします。また、学級運営の中でも大変な思いをしていることがあります。それに対して管理職は、「担任が抱えすぎていることが心配」「ベテランの担任だからプライドがあってそれを壊したくない感じで、かえって人に相談できていないのではないか、だから、管理職としてもなかなか担任に話せなかったり、助言ができなかったりする」あるいは、「スクールカウンセラーがいるが、この地域では月に1回しか入れず、なかなか来てくれない。学校で何とかしなければいけないというところで管理職の責任を感じている」などです。それに対して本人はどんなふうに感じているかというと、

「担任の先生はいい先生だが、あまり相談したことがないし、接点がないな」や「学校の友達グループに入れなかったな」「みんなが勉強をしているな」「点数が低いと見下される感じがするな」などと感じているかもしれません。こう言った情報をたくさん集めていきます。養護の先生や学校の友達にも聞いてみるといいかもしれません。

ん。本人にとっていい人だが、あまり良く知らなかったり、そうすると、学校の級友と本人との関係性なんてところも見えます。

大切なのはここだけでなく、ゲームとのかかわりのところも見えてきます。これは本人に聞かなければわからなかったりしますが、ゲームの中の友達との関係性でも結構本人、苦勞していることもあります。例えばゲームの中で、次の大会に出るための練習が必要だったりする。「本人はよく家庭の事情などで、ゲームに参加しない日があるが、チームとしてかかわれないから困る」「プレイがうまいから必要でもあったりする」それに対して本人は、「同じ境遇がいるから安心だな」「迷惑はかけられない」など、結構気を遣ったりしています。

何が言いたいかというと、このように関係性を図にし、文字化していくことによって、それぞれがどのように思ってどのように感じているかが分かっていきます。そこから関係性をアセスメントすることによって、だれがどう困っているかということが分かっていきます。どこからアプローチをかけていくのか。あるいは、感情や思いに巻き込まれていることもあります。例えばカウンセラーさん自身の自分の思いに気付くことができたり、自分の立場に気付くことができたり、その時にはぜひ、困り具合の図表を活用していただくと、より自分自身を分かることができ、あるいは関係性の力動をアセスメントしやすくなるかなと思います。

あるいは本人を中心に図のようにまわりに関係者を書いていただきながら、そこを図式化するとまた見えてくるものもあつたりします。例えば「お父さんは本人に勉強を強いている。しかし、本人はお母さんに問題を預けている。それに対してお母さんは、お父さんが勉強を押し付けるのが悪いと思っている」このように関係性を矢印で書いていくと見えてきます。また、「担任とのつながりは若干希薄だったり、養護の先生とも本人と接触があつたりする。実は小学校の友達とLINEでつながっていたり、中学校の友達とは仲が良かったが、最近希薄になってきている。級友（学校の今の友達）とは実は接点がなかったり。そんな中で、ネットの友達というのは、強い結びつきになっている。」それをこのように図にしてみると、本人との関係性が見えてきます。

しかもこのような図から関係性を見ても彼の今の依存状態が分かってきます。彼にとって、ネットゲームの友達が唯一のつながり、安心感を築いていくものだったりすると、こういった形で彼が今、依存状態になっているということです。

逆に言えば、彼がどのように回復していくかというのは、この「理解のネットワーク」をうまく作っていくということです。例えば、お父さんとお母さんとの関係性であつたり、級友との関係性であつたりとか、あるいは、中学校、小学校の友達というところもヒントになるかもしれません。ただ、今の現状としては、ネットの友達だけになっているからこそ、彼がそこに執着したり固執したりするので、そこから、彼を理解してくれる人をどのように増やしていくかという視点にもつながってい

きます。そして、このように、関係性の図があることによって、どこからアプローチをすればいいかというところも考えていくヒントになっていくかもしれません。これが困り具合の図表です。

ぜひ、ご参考にしていただけたらと思います。

### ③面接時の対応方法

本人の面接・保護者の面接における対応のコツについてです。

面接時対応のポイントについて、まず、保護者の対応についてお話します。具体的に、3つの「ない」についてご紹介します。一つ目は、保護者に対して「責めない」「変えない」「固執しない」という考え方です。

「責めない」というのは、保護者は、本人（こども）の問題を引き受けて罪悪感を抱えていることが多いです。母親は「自分の育て方のせい」と思い、父親は「犯人扱い」されていることがよくあります。カウンセラーは、母親が甘やかせすぎていることや父親の対応の悪さなどを責めてしまうことや、母親の考えに乗っかってしまうと、そこから悪循環が広がってしまいます。周りを責めることで、自分を責めたりと悪循環につながります。

「変えない」という視点です。保護者の価値観に対して違和感があっても説得するのではなく、まずは「尊重する」ことからはじめていただきたいと思います。よく、空虚感をもっている本人に対してカウンセラー（セラピスト）が提案や説得をしたくなり、中にはコントロールしたい気持ちが生じたりします。それが保護者に対しても生じることがあります。例えば、本人の心の中に空虚感があった時、カウンセラーがその空虚感を埋めたくなくなってしまったりすることがあります。そして、説得や別の価値観などを提案したくなる場合があります。同時に保護者に対してもそのような思いが出てくることもあります。例えばお母さんが「息子が、学校に行かなくなったのはすべてゲームのせいなんだ」と話すとカウンセラーは、原因はゲームだけでないと他の意味合いを話したくなる。罪悪感を持っている母親からすると、責められていると感じたり、カウンセラー（セラピスト）への抵抗感が生じ、保護者との間でも信頼関係が結べないことがあります。まずは保護者の価値観を尊重するようにします。ただし、決してこちらの考えは言わないということではなく、こちらの思いを提示した上で、保護者に選択をしてもらおうという考え方です。

「固執しない」という考え方です。保護者にも否認が生じて、問題が固執・固着し、生き詰まったりします。カウンセラーも保護者が語る言葉に執着せず、関連する問題、背景にある生きづらさに目を向けていき、問題がどんどん広がり、深まることを大切にいただけたらと思います。これを総じて言うと、「治す」ことを目標と

するのではなく、「対話」を促し、「つなぐ」ということが大切になっていきます。

「治す」ことを目標とするとカウンセラーの思いを押し付けてしまい、結果として上手く関係性を築けないことがあります。「つなぐ」ということを目標にすることによって自然とお互いの価値観を見直す・振り返ることができるようになってくると思います。

本人とお会いした時の面接対応のポイントをお話しします。ここも保護者と一緒で3つの「ない」から紹介します。「責めない」「変えない」「固執しない」という考え方は。保護者と言葉は同じですが、少しニュアンスが違います。

「責めない」ですが、本人は色々な人から責められる経験をしていて、強い自己否定感を持っています。カウンセラーも「なんで来られないの」「なんで約束を守れないの」と責めてしまいがちですが、尊重しないと、本人も責める・責められることの悪循環から抜け出せず、孤立してしまいます。

つづいて「変えない」という視点です。よくある例が、カウンセラーが親から「学校に行かせたい。勉強させたい。ゲームを減らしたい。」などと話を聞くことで、その価値観や考え方に流され、本人を説得しがちです。しかし、そこに違和感を感じていただき、まずは尊重し、本人の価値観（ゲームをする。学校に行かない。勉強しないなど）を聞くということです。学校に行く・行かないなど、責められることに固執していたところから、本人の考えを尊重することで、本質的な問題の方に目を向けやすくなります。

「固執しない」という考え方についてです。この問題で否認が生じると問題や原因、犯人探し等が起こりやすく、そこに固執しやすくなります。例えば本人が空虚感の中で、問題を抱えていなかったとします。そうすると例えばお母さんがそれを抱えて罪悪感として感じている場合、お母さんがご主人のせいになると、そこに固執し、行き詰まってします。よって語られる内容や言動・振る舞いから様々な課題を見て広げていくことが重要です。

ここも「治す」のではなく「対話」を促し「つなぐ」ことを目標とします。「治そう」とすると本人を「変えよう」としてしまふことに重点を置いてしまいがちですが、そうではなく、本人とも対話を促していきます。だからといって説得してはいけないというわけではなく、こちらの思いを提示して、本人に考える材料を与えます。解決を急ぐのではなく、本人と「つないでいく」ことを目標とすることによって自然と「理解のネットワーク」が広がるなど、そこから本人が自分自身を振り返るきっかけになることが起こったりします。ここのコツをぜひ参考にしていけたらと思います。

#### ④グループ面接の方法

学校の相談室に家族を呼び、お母さま、お父さま、本人の3人で面接をするときとか、そこに教員が入り4人で面接をすることがあります。そんな時にカウンセラーがファシリテーターの役割になっていきますが、そこでのポイントをお話ししていきたいと思います。

合同面接（グループ面接）時のポイントです。その目標は、問題を解決していこうというよりも、本人と父さん、お母さんの間で対話を促していく、そういった練習の場にしていくことを想定していただけるといいかなと思います。

1、「枠組みをつくる」という視点です。特に大切なのが2つ目の批評・批判をしない、安心安全の場を作るというルールの確認をしていくところです。これを相談室でできると家の中でも批評・批判をしなくて安心安全の場で、自分の思いや感じていることを分かち合う、話し合うことができるようになってきます。また、お話ししていく中で、最初に話す人や、最後に話す人を意識していきます。最初に話す人は、なかなか思いが言葉にならなかつたりするパターンもあります。一番困っている人に焦点を当てることや、最後は本人に話してもらいたいかなと思います。家族でグループ面接をいていくと、お父さんとお母さん、本人のお話を聞いて、終了しがちになります。しかし、最終的には、本人の意向を尊重していくことを大切にしていきたいので、お父さん、お母さん、先生の意見を受けて、最後に本人の感想の話をしていただき、本人の思いや感覚を話してグループ面接を閉じるといいと思います。

2、「自分」を語るという視点です。「あなた」ではなく、「自分」を主語にして想い・感じていることを自分の「物語」として話すというところです。お父さん、お母さんに話を聞くと、「あなたはね～」と本人（子ども）の話をすることが多いです。最初はその話を聞きますが、そのあとに司会の方から、お母さん、お父さんからの率直な意見を伺い、親御さんが子どもと同じ年代の頃の悩みを聞くと、親子の関係ではなく、子供を一人の人としてかかわるきっかけを作ることができるようになります。そうすると、お互い尊重した対話が促せるようになると思います。それぞれの話す時間を確保して、あなたではなく自分の語りを尊重しながら聞いていきます。よって、場合によっては逸脱しているときもありますが、そこは尊重して聞きます。時には逸脱した話を家族が制止する場面が出てくる可能性もありますが、そこは、語っている人を尊重して必ず話してもらうことが大切です。

3、「互いの理解を深める」です。1周だけでなく、可能であれば、3周まで回してみると、徐々に内容が深まっていき、対話が促され、安心・安全の場で、批評・批判しない場で、自分を語るというところが促されていきます。ここで対話を促すことができますと、家でも対話の仕方、家での対話が促せたりできます。あとは、カウンセラーとしての専門家のアセスメントを伝えていくことで、より理解を深めて、語り・対話の場を深めていくことができるようになっていきます。

ポイントとしては、解決することではなくて、理解を深める練習をしていく、そこから色々な対話を促すきっかけになると思います。

## ⑤コンサルテーションの提案

「コンサルテーション」の提案です。

場合によって、スクールカウンセラーが学校に常駐できないことや、巡回で廻っていて困ったケースに出会い、コンサルテーションする場面があると思います。そんな時の方法としての提案です。

1、困り具合の図表を活用して関連する問題をアセスメントすることはできると思います。お話を聞くだけでなく、お話を聞きながら、関係者（保護者、教員、ネットゲームと繋がっている方）や、本人を取り巻く関係性を書いていき、視覚化します。そうすることで、その場にいる教員、教育相談担当、生徒指導主事、管理職の先生と共有することができます。一回限りだったとしても、記録として残しておくことによって、そこを皮切りに、先生方に考えていただくきっかけになっていくと思います。

2、「つながり」先の提案、専門機関の紹介です。専門機関の紹介の仕方に関しては、別の動画で詳しくお話しますが、気軽に専門機関に相談できることを紹介していただけたらいいと思います。また、どのような専門機関があるのかも他の動画で紹介しているのでご確認ください。

3、教員用の動画、保護者用の動画の活用です。今回、動画を作成し、教員用だけでなく、保護者用の動画もあります。こちらを閲覧していただくことで、対応や工夫のあり方、また、保護者に対しては、相談を促すことも動画に盛り込んであります。見ていただくことにより、保護者が、治療の動機付けに繋がることや、どのように繋がったらいいか、どこに相談したらいいかなどそういったところも具体的に紹介してありますので、見ていただくのも一つの手かと思います。

簡単にまとめていきますと、アセスメントに関して、一回しかできないということや、限られた時間の中でアセスメントしていかなければいけないので、困り具合の図表を活用していただけたらと思います。

次は提案です。先生方が抱えるとなるとなかなか難しくなっていきます。専門機関への紹介やそこにつながっていくことによって、先生方の負担を減らしていくこともあったりします。普段スクールカウンセラーが担う役割を専門機関に担っていただくということです。

つづいて介入です。具体的な提案も介入に位置付けられることもあります。例えば教員用の動画や、保護者用の動画を活用していただくことによって、一回で伝えきれないところをこの動画で補完していただくことなど、そんな形で活用していただ

たら良いと考えます。動画は、HPに記載されておりますので、活用していただけたらと思います。

## ⑥専門機関は何をしてくれるのか

専門機関との連携です。専門機関は何をしてくれるのかについてお話ししたいと思います。

まずは相談先としては、さいたま市民の方はさいたま市こころの健康センターとなります。さいたま市民以外の埼玉県民の方は埼玉県立精神保健福祉センターと各地域の保健所となります。これらの役割としては基本的に相談者を支援先に繋ぐことや、医療機関に繋ぐことが目的になるので、長期的に継続的と言うより、つなぐまでの期間となることが多いですが、無料で相談を行っています。また本人でなくても家族だけでも相談することができます。そして教員やスクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーもケースに関してのアセスメントや、つながり先の相談をすることもできます。

次に医療機関に関してです。医療機関の役割は本人の診断、投薬、検査です。本人が対象であるために、家族が受診させたいけれど、本人はあまり病院に行きたくないという場合は、受診に来なかったり、通院を継続することが難しくなることがあります。基本的に本人がゲーム・ネットのやりすぎにあまり問題を感じていない場合、家族がゲーム・ネットをやめさせたくて、主訴がゲーム・ネットのやり過ぎとなってしまうと医療が途切れてしまうことが多いのです。なので、本人の困っていること、「お腹が痛くなる」とか「不安が出てくる」ということを主訴にすることで来院を促すことができたり、治療継続することができます。

次に民間の相談室です。民間の相談室に関して役割は相談のほか治療的な関わりとしてのカウンセリングを実施しています。本人が拒否的でも家族が相談につながることで、本人の回復の糸口を長期的に支えていくことができます。保険診療がきかないため実費となりますので経済的に難しい場合はまず精神保健福祉センターとつながることも良いかと思います。

## ⑦専門機関への連携のコツ

専門機関への連絡のコツとして丸投げをしないことが大切です。そのためには、ケースに関する詳細な説明として、家族がどのように困っているか、依頼先に何を依頼したいのかを、出来る限り明確にすると良いと思います。また家族から精神保健福祉センターに相談した時に不登校を主訴とすると教育相談を案内されてしまいます。そのた本人のことで困っている家族がどうしたらよいか相談したいということを、主訴にすると良いかと思ひます。

次に医療機関の場合です。医療機関では本人が受診できないと断られてしまうことが多いです。まず本人が受診の意欲がない場合は、精神保健福祉センター、保健所や民間に家族が相談できると良いかなと思ひます。

次に民間の相談室です。民間の相談室は相談室によってかなり形態が異なるので、その相談室の特徴を知っておくと良いと思ひます。相談室は自費になるので料金はかかりますが本人や家族と長く継続的にかかわってくれます。