

平成24年度 教育事業
子どもたちのハートをつかめ！

子どものためのストレスマネジメント授業の進め方や学校教育現場で使えるソリューション・フォーカスト・ブリーフセラピーを学ぶことで、子どもたちが抱えるストレスや悩みへの対応の仕方などについて、より具体的・実践的に学べる場となりました。また、参加者相互の交流を深めることで、支援体制のネットワークも広がりました。

1 事業実施までの経緯

本事業は日本学校教育相談学会愛媛県支部との共催で、今回16回目を迎えた。実施当初は、学校現場において不登校が大きくクローズアップされ始めた時期であり、当時の交流の家職員と日本学校教育相談学会愛媛県支部会員とのネットワークを活用し、学校現場で悩んでいる教職員とともに教育相談をどう捉えればよいか、子どもたちとどうかかわっていけばよいかを考える場としてこの事業をスタートさせた。平成13年度からは不登校のみならず、社会的問題にもなっている引きこもりがちな青年にまで対象を広げている。今回も日本学校教育相談学会からの紹介をもとに講師を選定し、よりよい研修会になるよう、学会担当者や講師と連絡を取り合い、打合せを重ねた。例年、アンケートで要望されている「より学校現場で実践できる内容を」という視点を重視し、現場で生かせるストレスマネジメントとソリューション・フォーカスト・ブリーフセラピーを学ぶことをテーマに本事業を企画・実施した。

2 ねらい

教育相談にかかわる教職員・施設職員等が、いじめや不登校などの問題を抱える児童・生徒、そして、引きこもりがちな青年およびその保護者の理解と対応の仕方、学校現場で活かせる教育相談の手法などについて、教育学的・心理学的見地から研修を行う。

- 3 主催** 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立大洲青少年交流の家
日本学校教育相談学会愛媛県支部
- 4 後援** 愛媛県教育委員会・大洲市教育委員会
愛媛新聞社・NHK松山放送局
- 5 期日** 平成25年1月5日（土）～平成25年1月6日（日）
- 6 場所** 国立大洲青少年交流の家
- 7 参加人数** 教職員、不登校対応施設職員、社会人等 84名
- 8 講師** 竹田伸也氏（鳥取大学大学院医学系研究科講師・医学博士・臨床心理士）
相模健人氏（愛媛大学教育学部准教授 博士 臨床心理士）

9 日 程

13:30 14:10 14:30		17:30 18:30		20:00 21:00 22:30		
5日 (土)	受付 開講式	講義・演習 第1部 『子どものためのストレスマネジメント授業の進め方』	竹田 伸也 氏	夕食	講義・演習 第2部 『事例等研究会』 『コラージュの活用について』	情報交換会 入浴等 就寝
8:30 9:00		11:30 12:00				
6日 (日)	受付	講義・演習 第3部 『学校教育現場で使えるソリューション・フォーカスト・ブリーフセラピー』	相模 健人 氏	閉講式	解散	

10 活動内容

【1日目】

「開講式」

最初に主催者である国立大洲青少年交流の家の松岡孝次所長と日本学校教育相談学会愛媛県支部の芳我明彦理事長が挨拶を述べ、16回目を迎える教育相談に関する研修会「子どもたちのハートをつかめ！」が開催された。

「講義・演習」 第1部

鳥取大学大学院医学系研究科講師・医学博士・臨床心理士 竹田 伸也氏

第1部は鳥取大学大学院医学系研究科講師であり、臨床心理士でもある竹田伸也氏による講義・演習「子どもたちのためのストレスマネジメント授業の進め方」が行われた。まずは、現在どれだけの児童・生徒が高いうつ傾向にあり、社会不安障害を抱えているかを現状把握し、このうつや不安はストレスに大きな関係があることと、このストレスを自分自身で何とかできるようにすることが、ストレスマネジメント教育になることを理解することができた。

また、ストレッサー（ストレスとなる要因）への気づきを促すことやストレッサーに対する考え方にアプローチすること、リラクセーションを通してストレス反応を抑制することがストレスマネジメントで重要となることが理解できた。

休憩後は、ストレスマネジメント授業の模擬授業を行った。竹田氏が教師役、参加者が児童・生徒役となり学校現場で使われる実際の資料を使い、45分間で授業を行った。実際の資料、時間で行うことで、参加者自身がどのように授業を進めるとよいか具体的に理解できた。また、参加者が児童・生徒役をすることで、児童・生徒からどのような反応があるかも想像することもできた。最後に竹田氏には、質疑応答の場で参加者からのストレスマネジメント授業に関する質問に答えてもらうことで、参加者の現場で活かしたいという意欲へとつなげることができた。



「講義・演習」 第2部

日本学校教育相談学会愛媛県支部 会員講師 渡部 和敬氏・渡邊 俊氏

参加者の希望により、2つの会場に分かれ事例等研究会を実施した。1つは日本学校教育相談学会愛媛県支部会員の渡部和敬氏によるコラージュの活用についての講義・演習を行い、もう一つは同学会会員の渡邊俊氏による事例等研究会を行った。コラージュの活用については、コラージュに関する理論的な理解と作成方法について講義を受け、その後グループに分かれ、コラージュ作品から制作者の個人や家族、環境についてを想像し様々な読み取り方を学んだ。最後に、一人が作成した多くの作品から、その人物について読み解きを行った。事例等研究会では、参加者が日々の仕事の中で感じている苦労や戸惑い、児童・生徒や保護者とのかかわりの中で心掛けていることなどをグループで伝え合い、分かち合いながら丁寧に振り返りを行った。



【2日目】

「講義・演習」 第3部

愛媛大学教育学部准教授・博士・臨床心理士 相模 健人氏

第3部は愛媛大学教育学部准教授であり臨床心理士の相模健人氏による講義・演習「学校教育現場で使えるソリューション・フォーカスト・ブリーフセラピー」が行われた。初めに、ソリューション・フォーカスト・ブリーフセラピーは、アルコール依存症患者のカウンセリングから発展してできたもので、たくさん問題がある中でも、問題が起きていないときの例外を取り上げ、その例外を拡大していくことで問題を解決する方法であることを理解できた。その後、重要なポイントについて事例を交えながら説明された。その中で、コンプリメント（称賛）をすることで相談者の意欲が失われることなく活性化され、原動力になることや解決や例外が起こったときに、原因ではなく方法を尋ねることで例外を繰り返すことができ、解決につながりやすいことが理解できた。また、スケーリング・クエスチョン（クライアントの観察・印象・予測などを1から10の尺度に置き換える質問）を取り入れることで、段階的に改善されるようになること、そして、コーピング・クエスチョン（クライアントがストレスのある状態で、今後の具体的な解決策に切り替えるための質問）を通して、その人の支えになっている資源について確認す



ることができ、その資源を解決に活用できること、さらに、ミラクル・クエスチョンをすることで、クライアントは無限の可能性を考えることができ、プラスの考えを広げながら実現可能な目標を設定できることなど、ソリューション・フォーカスト・ブリーフセラピーの具体的なポイントについて理解を深めた。

11 参加者の声

参加者のアンケートの結果

*満足：76.2% *やや満足：23.8% *やや不満：0.0% *不満：0.0%

- 優れた講師陣で、難解になりすぎず、分かりやすい内容で大変良かった。即、現場で活用できると感じた。
- 班活動も多く、プログラムの時間設定、内容も工夫されていてよかった。受講しやすかった。
- 理論的なもの技法や手法を分かりやすく勉強でき、これからは活かせるものとなった。
- 研修内容も大変素晴らしく、また、宿泊を伴ったおかげで受講者との情報交換、交流も予想以上に多くの収穫があった。
- 熱心に教育相談等に関わっている方々が多いことに改めて感心した。その方々と交えたことが何よりの収穫であった。
- 子どもたちにも自分にもストレスマネジメントの考え方は必要だと感じた。

12 成果と課題

今年度は、研修プログラムを2日開催とし、それぞれ1日1名の著名な講師を招き講義・演習をした。それぞれの講師には講義だけでなく、参加者同士がかかわり合え、さらに、学校現場へ持ち帰り、即実践へとつなげやすいような演習があり、多くの参加者から「早速、新学期に教育相談で活かしたい。」「授業実践をしたい。」という前向きな声を聞くことができた。また、第2部のコラージュの研修では、初めての手法を学べた喜びと、さらにコラージュの読み取りだけでなく、作成の進め方等も学びたいという意欲的な声も聞くことができた。事例等研究会や情報交換会では、多くの方の考えを聞いたことで参加者自身の抱える課題の解決につなげることができたことや、今後のネットワークを広げることができたことなど、多くの収穫を感じられている参加者もあり、宿泊型にした成果が現れていた。さらには、各部を希望参加としたことも参加者にとっては、気軽に参加することができ、好評だった。

今年度は、近隣他県の学校や適応指導教室等にも広報の範囲を広げた。広報先へは学級数のチラシを配布し、当所近隣の学校にはメール等で追加の参加者募集の連絡をした。しかし、2日間の開催にもかかわらず、80名程度の参加者にとどまった。次年度は、日本学校教育相談学会愛媛県支部との連絡を密にし、研修会の日程や内容等のさらなる充実を図るとともに、早期に日程や研修内容、講師を決定し、広報活動へ移れるように努めたい。また、今年度参加していただいた方々とのつながりも大切にし、本事業の良さを知っている参加者から周りの方へと参加者の輪が広がっていけるように工夫していく必要がある。