

はじめに

改訂にあたり

私は、教育相談や適応指導教室を担当するにあたり、必要に迫られてカウンセリングを学びました。そこから得たものは、きっと学校の先生にも役立つから伝えたいと思って書いたものが本書です。でも、日が経つにつれ、書き足したいことや書き直したいことが出てきます。以前、「改訂したい」と伝えると、編集長が読み直してくださり、「よくできている。書き直す必要を感じない」と返事をもらったことがあります。今回の改訂版作成にあたり、読み返してみても、我田引水ですが編集長が言ってくくださったとおりで感じました。

ですから、改訂は必要最小限の変更にとどめ、初めてカウンセリングを学ぼうとする先生にもわかりやすいように心がけました。

カウンセリングが持つ力

はじめに、この本で紹介するカウンセリングの素晴らしさを知っていただくために、私のカウンセリングとの出会いについて述べます。

私は以前、中学校教員をしていました。新任の頃は、自分で言うのも何ですが、子どもと共に歩む熱血教師でした。でも、仕事に慣れるにしたがって指示や命令が増え、子どもたちとの間に溝ができていきました。「今どきの子どもは変わった」と感じるようになった頃、教育委員会に来るように声をかけられました。「これも潮時」と感じ、勤めていた市の指導主事になりました。

そして、そこで教育相談担当を命じられ、初めてカウンセリングに触れました。当時の私には「カウンセリングは胡散臭い」という偏見がありました。「週に1回小1時間、小部屋にこもって『こんなことがつらいの』『それはつらいねえ』というようなやりとりをして、何になるの」と思っていました。

ところが教育センターで教育相談を間近で見ると、中学生の我が子から暴力を受け、顔や体にアザができて自殺しかねないほど鬱々としたお母さん

が、相談に来られるごとに元気になってシャンとなっていったり、小学生が「おねしょしちゃうから修学旅行に行けない。学校にも行きたくない」と言っていたのが治ってしまうなど、魔法を見るような結果を目の当たりにしたのです。「これはすごい」と思い、自分も勉強しようと学び始めました。

カウンセリングが人生を変えた

はじめに学んだのが構成的グループエンカウンターでした。押しかけて行って國分康孝先生から学びました。先生の教えに心酔するほどに、先生の教えである「在りたいように生きる」が指導主事のできるのかと自問自答を繰り返し、ついにフリーター覚悟で教育長に辞表を出してしまいました。

その後、大学教員の職を探しておりましたら函館大学で雇ってもらえて、その後もあちこちの大学にお世話になることができるようになりました。

実は、私の幼少時、団地の4階に住んでいたのですが、2階に神戸大学の洪くてかっこいい先生がおられて可愛がってもらっていました。素敵なお姉さんと、まさに「奥様」という印象の小学校の先生をしておられるお母様がおられ、「大学の先生ってかっこいい」とフカフカのソファに座らせてもらいながらあこがれていました。このあこがれが「大学の先生になりたい」という気持ちになり、大学院まで進ませてくれました。でも大学院では自分の能力のなさを痛感し、到底無理だとあきらめ、その気持ちを封印しました。

ところが、指導主事になった4月に「管理職は自分に一番不向き」と悟り、「自分がなりたいものは何か」を考え抜いた結果、元の夢に立ち返り、長い回り道はしましたが、あこがれだった大学教員になることができました。奇しくも配偶者も小学校教員で、まさに幼少期のあこがれを実現していることに気づいたときは、自分でもびっくりしました。これは、カウンセリングを学んで、人生キャリアで「したいこと」と「できないこと」の鎖を切って夢の実現に向かって進んだ成果です。もし私がカウンセリングを学んでいなければ、管理職の仕事を愚痴りながら続けていたに違いありません。以前の私には、安定した職を投げ打つ決断力も実行力もなかったからです。「カウンセリングは、人生をよりよいものにしてくれる！これを人にも伝えよう」と思ったのが、この本の企画の出発点の1つです。

教員のためのカウンセリング

企画の出発点は、もう1つあります。それは「学校の先生に適したカウンセリングを伝えたい」ということです。全国の教育センターなどの研修には「学校カウンセリング」や「教育相談」といった講座名のものが必ずといっていいほど開催され、しかも1つのセンターに複数の講座が開かれていたり、内容も多岐わたるものが少なくありません。また、教員免許を取得する要件科目にも設定され、教育領域のカウンセリングの重要性は衆目の一致するところでしょう。

でも、学校内で十分に根づいているとは言えません。私がカウンセリングを学び始めた頃、「教育相談研修を受けてどうでしたか？」と尋ねたところ、「勉強になった」「ためになった」「大変だとわかった」といった答えが多く、「教育相談ができるようになった」「子どもとの接し方や授業を改善できた」「自分の人生に役立つ」というような答えは聞けませんでした。自ら教育相談研修を担当し、「なぜ研修を受けても活かせないのか？」「どうすれば、教員が時間を割いて受講するに足る研修になるのか」を考えました。

その結果、これまでの研修の問題がわかりました。内容が総花的だったり、単発だったり、教育領域で有効なものに絞られていなかったり、マンツーマンに近い形で学ばなければ身につかないのに講義だけだったり、トピックを一時的に扱って一貫性がなかったりしていたのです。学校の実情を踏まえて教育活動全般に役立つものであること、教員はカウンセリングだけをやっているわけではないので比較的短時間に習得できるものであること、この2点はずすと役立つ研修にはならないのです。

ここで、普通なら決めた方針で講師を探すでしょう。しかし、私がいろいろ見聞して「これが教員に向いているカウンセリングだ」と自信が持てる内容で研修できる講師が、当時の大阪や関西にはあまり見当たりませんでした。また、講師の目処がついても、いくら短期間で修得できるものでも1回の研修では無理なので何回か来てもらう必要がありますが、予算がありません。

そんなこんなで煮詰まっている頃、先生方から「あなたが習ってきて教えてくれたらいい」と言われました。「その手があったか！ それなら融通が

利くし、自分のためにもなる」と思い、所長からも「教育センターの指導主事は高いレベルで『これができます』と言える『看板』がないといけない。今、それがなかったら、それをつくるんだよ」と後押ししてもらったこともあり、それ以降数年間、時間をやりくりして年収の1割以上、額にすると7桁のお金を配偶者に内緒でつぎ込んでカウンセリングを学びました。

そうこうするうちに勤務地で研修を担当するようになり、さらに、あちこちから研修の講師依頼を受けるようになりました。そして、研修先で「何か感想や意見はありませんか」と尋ねると、先生方から「この研修でやっていることを本にしてください」とたびたび頼まれるようになりました。

本書がめざすもの

この本は、そういうご希望に添うべく、「集団づくりの手法が学びたい」「課題のある子どもの役に立ちたい」「保護者や同僚を支援したい」と私がいから学び始めた学校に適したカウンセリングをお伝えします。

もう一度まとめますと、この本でめざしていることは次の3点です。

- ①教員が担うべきカウンセリングに絞って理論と技法をマスターする。
- ②それを基盤に、目的を明確に持ってそれを達成する適切な指導・援助ができるようになる。
- ③学校での教育相談活動の場だけではなく、すべての教育活動を上質なものにし、さらに人生をよりよいものにする。

「そんな大それたことをめざしているの?」と思った方がいらっしゃるかもしれません。でも一緒に学んでいただければ、そうなります。先ほども述べたように、私がカウンセリングを学んで一番よかったことは、私自身が変わったことです。生きるのが楽しくなりましたし、打たれ強くなりましたし、人間関係がよくなりました。

構成は、読んでいただいて「これはできそうだな、やってみよう」と意欲が湧き、やってみて「なるほど、ここはそんなふうにするのか」と実践力が向上するものになるように工夫しています。もちろん、順番に読んでいただくことを想定していますが、課題に感じておられる部分から読み進めていただいても構いません。どうぞ、最後までお付き合いください。