日本学校教育相談学会

THE JAPANESE ASSOCIATION OF SCHOOL COUNSELING AND GUIDANCE

栃木県支部会報　2016.03.31　NO.24

○　第２８回支部研究発表会レポート　コメンテーター　毎澤典子先生
○　第２９回支部研究発表会レポート　コメンテーター　簗瀬のり子先生
○　日本学校教育相談学会第２６回中央研修レポート
○　カウンセリング特別講座「子どもが回復する家族支援―日本型家族療法の可能性」　亀口憲治先生
○　精神医学特別講座「思春期の精神障害」　原　隆先生
○　発達障害特別講座　「愛着と発達障害」　山岡祥　子先生
○　栃木県支部事務局からお知らせ

○　第２８回支部研究発表会　　コメンテーター　毎澤典子　先生

２０１５年１０月１７日（土）、教育会館ミーティングルームにおいて「第２８回支部研究発表会」が開催されました。

＊栃木市立藤岡小学校　　教諭　望月都
＊宇都宮市立御幸小学校　　校長　齋藤恵美子
＊栃木県連合教育会相談部相談員　　井野維子

（文責　松本直美）

○　第２９回支部研究発表会　　コメンテーター　　簗瀬のり子　先生

２０１５年１１月１４日(土)、連合教育会小会議室において第２９回支部研究発表会が開催されました。

＊菊沢小学校　教諭　　後藤　輝子
＊栃木県連合教育会　相談員　　佐藤　幹雄
＊氏家小学校　養護教諭　　和田　朋子

（文責　平峰孝二）

○　第２６回中央研修会レポート

平成２８年１月９日・１０日、国立オリンピック記念青少年総合センターにおいて、日本学校教育相談学会第２６回中央研修会が開催されました。１日目は、プレ講座からスタートしました。プレ講座は、今回から加わった企画で、まずはさわりや概略を知りたいというニーズに応える内容です。

開会セレモニーに続いて、シンポジウム「不登校・ひきこもりを支援する立場からの学校教育現場への提言」が行われました。指定討論者を東京学芸大学の小林正幸先生とし、シンポジストは、ソーシャルケースワーカーの立場から白梅学園大学長谷川俊雄氏、フリースクールの立場から NPO 法人ラルゴの鎌倉賢哉氏、不登校や中退者が多く集まる単位制の定時制・通信制高校相談室担当の立場から新宿山吹高校の茅野眞起子氏の３名でした。それぞれ、一般的な学校教育の現場とは異なる現場、視点から情報や提言をいただきました。学校では、不登校の児童・生徒のゴールを学校や教室への復帰と思い込み、あの手この手を尽くしがちです。しかし、多様な特性をもち、挫折や困難を抱える子どもや若者とかかわり、向き合う諸氏の言葉は、多くの示唆に富み、学校教育への苦言を含むものでした。多様な内容でまとめるのは難しいので、いくつかのキーセンテンスを載せます。詳細は、各氏の著書や講演でご確認願います。「少数派の子どもたちに、社会や学校が近づくことが大事」、「同意なしの支援は暴力」、「不登校のゴール？学校以外の安心できる居場所づくり、不登校の時間をいかに充実したものにするかが重要」、「引きこもりのゴールは、やりたいことがやれるようにすること」、「人

間は、自分で決めて、自分で行動して、自分から振り返ることができた時だけ、成長できる」、「教えない、指示しない、お世話しない、みなで一緒にと言わない、しかし、皆で一緒に居たら心地よい体験を」などです。
　以下、１日目のプレ講座、２日目のコース別講座に参加された栃木県支部の会員の方からのレポートです。

＊プレ講座①「セカンドステップ」（講師　日本こどものための委員会　三好布生加先生）

小山市立萱橋小学校　　植木　久子

　性的暴力の被害者にならないための教育として「ファートステップ」が開発されていて、さらに、加害者を生まないための教育の必要性からこのプログラムが開発されたため、「セカンドステップ」と名付けられたそうです。情動を自己コントロールし、社会的スキルを段階的に身につけるこのプログラムは、単に性暴力予防への効果だけではなく、社会性の育成や人間関係を高める教育として優れた効果が実証され、今やＳＥＬの代表的プログラムとして、全世界中に広まっています。障害のある子供達に関わっている私にとって、子供達に行動統制力やコミュニケーション力などを養うのに大変魅力的なプログラムだと感じました。特に問題解決のスキルは、年齢に関係無く、誰もが人生の様々な困難を乗り越えて社会で生きていく際、大変有効だと感じました。

＊プレ講座②「タッピングタッチ」（講師　自由学園　更科幸一先生）

日光市立豊岡中学校　木村晴美

「タッピングタッチ」とは、指先の腹のところを使って、軽く弾ませるように左右交互に優しくたたくことを基本としたホリスティック(統合的)でシンプルな技法です。簡単な手法でありながら、「不安や緊張が軽減する」「肯定的感情が高まる」「信頼やスキンシップが深まる」などの効果があり、対人援助においてとても役立つのだそうです。やさしくふれることは大切にしているあかしです。実際に二人組になってお互いにやりあうと、心と体の緊張がほぐれ、次第にひだまりにいるようなほっとする温かい気持ちになり癒されたひと時を感じることができました。言葉に頼らないコミュニケーションだからこそ、思春期の子や問題を抱えている子との関係づくりにも有効だと感じました。

＊コース別講座Ｂ「学校不適応問題に対する認知行動療法の適用～非・反社会的行動への具体的対応～」（講師　早稲田大学　島田洋徳先生）

下野市立石橋小学校　津川典子

　臨床心理学における人間理解の２つの方法は、共感的理解と客観的理解であり、一見相反するような２つの方法ですが、人間を理解する上では、どちらの視点も非常に重要であるそうです。人間の客観的理解を試みないで、共感的理解に進むと、思わぬ落とし穴に陥ることもあり、また、人間の一側面の理解が、そのまま人間の本質や全体像であるととらえてしまうことに注意しなくてはならないとおしゃっていました。
　認知行動療法とは、クライエントの問題行動や不適応症状に関連する行動的、情緒的、認知的、身体的問題を治療標的とし、学習理論をはじめとする行動科学の諸理論や行動変容の諸技法を用いて、不適応な反応を軽減するとともに適応的な反応を学習させていく心理療法です。最終的には、セルフ・コントロールの獲得を目指します。認知行動療法の人間の理解の枠組みは、行動・感情・身体・認知それぞれが相互作用する中で、どんな状況、どんな場面で起こっているのかというように必ず背後には環境が関わっていることを重要視します。
　認知行動療法の「国施策的」適用分野は、気分障害の治療（厚生労働省）、性犯罪等の矯正・保護（法務省）、発達障害児の特別支援教育・不適応や問題行動の教育相談（文部科学省）などさまざまな領域に拡大しているそうです。
　ケースの例として、多動の児童の場合、その子が動いていないときにはたくさん褒めてあげるようにして、離席している時にはうけながすようにするといった問題行動に対する周囲の人の注目の有無によって、行動コントロールが可能になる。また、不登校では、観察の結果登校を促した方がよい場合、問題を分析し、登校できるようにスモールステップで行動を学習させることで登校が可能になるそうです。
　不登校児童に対するアプローチは、様々な考え方がありますが、認知行動療法を取り入れていくことも有効な方法だと思いました。

＊コース別講座Ｃ「生徒指導・教育相談に生かすコーチングのスキルとプロセス～子どもの自発性と自己肯定感を高めるアプローチ法～」（講師　株式会社ゆめかな代表取締役　石川尚子先生）

栃木県立大田原東高等学校　原沢大生未

　午前中は「コーチングとは何か」から始まり、「コーチングの基本となる考え方」、「生徒指導・教育相談とコーチング」など理論面を学び、午後は演習を交えた体験学習で学びを深めました。コーチングの基本は「傾聴（相手の話を

受け止める）・承認（小さなことでも認める）」でカウンセリングと重なりますが、その後、適切な「質問（問いかけにより相手の考えを促す）」で相手の中の答えを引き出すことが、より重要になるとのことでした。

自尊感情が低い子どもたちに、「自分で考え、自分で行動し、自分で解決できた！」という体験をさせることは必要なことです。コーチングはそれに適した手法ですが、その基本にある『相手を「大きなことを成し遂げる人」として接する』『子どもにとって「この人だけは自分を見捨てない」という存在でいること』という考え方こそ、教育に係わる者が体得したい態度だと思いました。一日という短い時間でしたが、「すぐにでも使いたくなる」そして「自分の在り方を反省させられる」大変ためになる研修でした。

＊コース別講座Ｅ「学校教育に生かすコラージュ療法」（講師　京都文教大学　森谷寛之先生）

連合教育会相談部　佐藤　幹雄

本講座は、「コラージュ療法」を思いつき、提唱された森谷先生の講座です。森谷先生は、コラージュ療法の由来や着想のいきさつ、「コラージュ」の歴史などを丁寧にお話下さり、コラージュ療法の実際、そしてその解釈について講義して下さり、その後、皆で実際の作業に取りかかりました。コラージュ療法の特徴から１つだけピックアップします。

・「切って貼る」だけ。単純明解な方法、特別な技術は不要。→しかし、単純明解な方法だからといって専門家不要というのは誤解である。

解釈について（共同して心の世界に取り組む）……セラピストは説明してはならない。制作者（コラージュの）が説明したことが解釈である。そこには制作者自身の方が、より分っているはずだという仮説があるのだそうです。

・セラピストは「説明して下さい」「これはなに」と問う。制作者は思いがけない質問をされる。振り返り体験を述べる。問われて初めて気づく。
・相手に関心を持ち、受容し、共感的に聴くこと。心を整理できるように質問。
・説明されると、相手のことがより理解できる。
・切片への説明、制作体験を報告→自己観察能力、内省能力を育てる。
・このような形のやり取りは、日常生活ではまず行われていない。

→この仮説はどこから来るのか？……背景には、フロイトの夢分析、ユングの夢に対する接近方法などがある。

特に、「制作者の説明したことが解釈である」というところに改めて目を見開かされた思いでした。

（文責　松本直美）

○　カウンセリング特別講座

「子どもが回復する家族支援　―　日本型家族療法の可能性」

東京大学名誉教授・国際医療福祉大学大学院教授　亀口憲治先生

平成２５年１２月６日（日）、栃木県会館５階大ホールで、栃木県連合教育会相談部合同講座生、及び栃木県カウンセリング協会・日本カウンセリング学会栃木支部会会員、若しくは一般の方々が、家族療法の第一人者亀口憲治先生の講演会を拝聴するために会場狭しと多くの人が集いました。

亀口先生の家族療法の出会いは、１９８０年代、アメリカにフルブライト研究員として発達障害の支援をどうするかというテーマで仕事をした時に偶然家族療法と出会い、その時１０年後、２０年後の日本に家族療法は必ず必要になると先生は直感したそうです。現在、日本は少子高齢化が世界で最速で進み、子育て問題と高齢者の問題は家族の中で同時進行しています。家族の問題の解決には、子どもや親がそれぞれの回復力（うたれずよさ）をどのように身に付けていくかが課題となり、そこに家族療法的アプローチが求められ促進され､そのポイントには家族の復元力にあると述べられています｡ロジャースのカウンセリング理論との違いを、先生は個人のこころの中の問題にかかわるだけでなく、夫婦喧嘩や親子喧嘩などもめていてもその親子や家族の関係の中に改善する復元力があり、そのきっかけやチャンスがあれば回復していく力がどこかに眠っていると話す。多問題家族に対しては弁護士や警察などあらゆる職種が協力をして、その多問題に対処する多職種チームが必要となり、多職種チームがどのようにすれば共同できるかという点で、家族療法的なアプローチと技法を身に付けなければこの先成り立たなくなってきていると述べている。

ＤＶＤを通して家族療法の面接の仕方が丁寧に説明された後、ＣＯとＣＬ、家族とが共同で主訴を確認し定義をされることで、問題を解決していく様子が具体的に視聴することができました。又、天使の粘土を使い「見て触れて感

じること」を疑似体験することで、自然と会場も和らぎ会話が弾み、粘土の柔らかさの中に回復力があることも実感しました。

○　精神医学特別講座

「思春期の精神障害」　アイ・こころのクリニック　原隆先生

精神医療・心療内科でドクターとして日頃多くの患者に接し、治療と臨床が豊富な原隆先生をお招きし、大ホールで「思春期の精神障害について」の講座が２月６日に催されました。先生は第一声で「私が一番言いたいことは、心の病気は脳の病気だということです。例えば、足が折れて歩けないということと、心が砕けて学校に行けないということは同じです。きちんとした治療を行えば良くなります。病気だということを皆さんに認識して欲しいということです。」と強調して述べられました。そして大切なことは２つ。１つは脳の機能をしっかり覚えることが大事なことであるということ。目の前の患者がどこの障害を持っているかということを理解することで治療が見えてくる。２つ目は患者のライフスタイルと精神的な課題について。患者のライフスタイルの中では様々な問題が出てくる。子どもの頃の障害はあまり目立たないが、むしろ大人になってから目立つようになるために子供の頃のライフスタイルをきちんとすることが大切になると語り、その年代ごとに課題があり、きちんとその年代を乗り越えられているか振り返ることでどこに何の問題があったのかが理解できてくると話す。脳の場所場所（大脳皮質や前頭前野など）でそれぞれの機能があり、その機能を統合することで一つの行動や考えが現れてくると説明。胎児期では音に反応することで母子相互の交流が始まりライフスタイルがここにスタートする。社会的な愛着は生後６か月から２歳ぐらいまでの間に決まり、うまくいかない場合には母子分離ができず、社会性が結びつかなくなって行く。乳幼児の要求に応えないと乳幼児は要求しなくなる。そのことが我慢する自分の気持ちを伝えられずいつも不安を持ち思春期まで成長していく。子どもの性格の原型は親の養育態度で決まるとし、話の核心は脳の仕組みを中心に、神経細胞の役割や変化やネットワーク、シナプス、ニューロンなどのメカニズムを動画や図を用いながら分かり易く解説されていく。さらに後半では脳とうつ病について細かい説明があり、大いに興味を惹かれました。

（文責　馬場友治）

○　発達障害特別講座

「愛着と発達障害」　栃木県連合教育会相談部相談員　山岡祥子先生

平成２８年１月３０日（土）、栃木県青少年センター第一研修室にて、発達障害特別講座『愛着と発達障害』が開催されました。講師には臨床心理士で栃木県連合教育会相談部相談員の山岡祥子氏が招かれました。山岡先生は幼児から大人までのメンタルヘルスに精通し、トータルに人間をみる臨床家、心理学博士です。先生の講座は毎年好評で、今年も当初の想定を超える受講生の参加がありました。講演の概要は以下の通りです。

講演はまず、根っこが一緒のところもある「愛着障害」と「発達障害」のグレーゾーンについての解説から始まりました。山岡先生は、子どもの愛着に問題があると、発達障害と同じ様な症状がみられ、見分けがつかない場合がある。発達障害の子どもは愛着形成が遅れ、育てにくさから親と安定した愛着を結びにくいことが知られているが、多くの臨床から問題行動をさらに大きくしたり複雑にしたりするのは、発達障害に加えて愛着の問題が大きく関わっているからであると述べられました。そして、見分けがつかない発達障害と愛着障害について、愛着の視点から問題が見えてくると言葉を加えられました。

続いて「愛着とは何か」から「愛着の形成過程」へと進められ、ここでは、子どもの愛着対象には感受性や応答性の一番良かった人が選ばれ、特定の人としっかり愛着関係が結べると後の経過がよいこと、移行対象のぬいぐるみなど無理に引き離すとよくないことなどを説明されました。さらに、安定した愛着が形成された子どもは、固定的な自己像や自己に対する信頼感を形成し、他者に対する肯定的イメージや信頼感を形成できる。ただし、発達初期の養育者との愛着関係はその後の発達過程で出会った愛着対象の存在により修正可能であると補足されました。

次に、「愛着の発達の個人差」「愛着パターンと子どもの特徴」について話されました。ここでは、ストレンジ・シュチュエーション法による３分類の愛着パターンの他に注目されている「第４」の愛着分類、すなわち虐待を受けた子どもなどにも見られる「Ｄタイプ」＝混乱（無秩序）型、回避型＋アンビバレント型に言及されました。また、子どもの頃の愛着の安定性や様式が、大人になってもその人の心理や行動様式に影響し、その人の行動を支配する「愛着スタイル」となる。そのため、親の愛着スタイルが子どもの愛着行動パターンに反映し、その後の人生に影響し続けると話されました。ここでは、愛着に問題を抱える人が青年期以降に様々なトラブルを抱える問題に触れられ、障害というほどではないが、最近増加傾向にあるマイルドな愛着障害についても説明されました。また、人が基本的信

頼感を獲得できるためには、乳幼児期の親のスキンシップによる愛着形成が大切であること。特に１歳までに自分の欲求が１００％に近い状態で満たされる体験（＝絶対依存）が重要であること。さらに、愛着の絆が断たれると人間形成に影響するので感情のコントロールができない、あるいは対人関係をうまく築けないという二つの障害を子どもに引き起すことなどを説明されました。そして、愛着障害は子ども側の要因(２～３割)と養育側の要因（７～８割）の相互作用によって起こると言葉を加えられました。

最後に、愛着の生物的メカニズムについて、静止画や動画を用いて次のように説明されました。

脳科学は、スキンシップの大切さを、脳内へ直接放出されて働く珍しいホルモンである「オキシトシン（信頼のホルモン）」の分泌から証明する。子どもにオキシトシンを分泌させようと抱っこしている大人にも、抱っこすることでオキシトシンが分泌される。このオキシトシンは副作用のない精神安定剤の働きをし、心を安らげ、幸福感や愛情を深め、人との絆も強める物質である。作用が女性ホルモンによって増強されるため、男の子には女の子よりもたくさんのスキンシップが必要である。また、オキシトシンの他に、もう一つの愛着ホルモン「バソプレシン」がある。これはある程度までオキシトシンと同じように抗不安作用を持つが、さらに分泌が高まると警戒心や攻撃性を高める方向に働く。メスや子どもを外敵から守るためで、男性ホルモンにより作用が増強される。このようにオキシトシンやバソプレシンは、母親的・父親的行動に作用し、親子間の愛着形成・性的行動・つがい形成および基本的な社会的行動に関与している。脳科学によると愛着や愛着障害は単なる心理的な現象ではなく、ほとんどが後天的な生物学的メカニズムによって引き起こされる。

愛着と発達障害について、今回は、脳科学の見地からも具体的に学ぶことが出来て大変有意義な講座でした。

（文責　平峰孝二）

○　栃木県支部事務局からのお知らせ

平成28年度 事業計画(案)について

開催期日	事　　業　　名	会　場	備　考
6月4日（土） 総会　13:00~ 講演　13:30~	【第２６回総会 およびカウンセリング特別講座】 講演「発達障害と不登校」 講師　花輪　敏男　先生	栃木県教育会館 ５F 小ホール	FR 教育臨床研究所 所長
8月5日(金) ~8月7日(日)	【日本学校教育相談学会第28回総会・研究大会】 大会テーマ「感じ 気づき 考え 学ぶ 学校教育相談の 新たな潮流を創る」 記念講演「【第17回夏季ワークショップ】	ピュアリティまきび 岡山県岡山市北区	参加申し込み インターネットか FAX・郵送で
10月15日(土) 13:30～16:00	【第29回支部研究発表】 未　　定		発表者を募集しています。
11月12日(土) 13:30～16:00	【第30回支部研究発表】 未　　定		
12月　3日(土) 13:30～16:00	【精神医学特別講座・合同研修会】 講演「心の病を通して見えるもの」 講師　石川　うた先生	栃木県教育会館 ５F小ホール	宇都宮こころのクリニック院長
1月　　日(　) ～　日(　)	【日本学校教育相談学会・中央研修会】 未　　定		
月　　日	【発達障害セミナー】 未　　定		
2月　4日(土) 13:30～16:00	【カウンセリング特別講座・合同研修会】 講演「感情を巡る冒険―妬みと羨みの心理学―」 講師　澤田　匡人　先生	栃木県教育会館 5F小ホール	宇都宮大学 教育学部准教授

➢　**ニューズレターN025　N026発行・(予定) 研究紀要**

理事長と事務局

日本学校教育相談学会栃木県支部

〒320-0066　　宇都宮市駒生　1－1－6
教育会館内　栃木県連合教育会相談部
日本学校教育相談学会栃木県支部事務局（中山芳美・髙松千恵子）
TEL　028-621-7274　　FAX　028-627-5682
E-Mail　：　soudan@tochigi-rk.jp
ホームページ　：　http://t-soudan.sakura.ne.jp/index.html
（会員の部屋パスワード　tb-jascg3123）
発行責任者　柴　一弥
広報担当者　馬場友治・平峰孝二・松本直美