

● 事例紹介 ●

学生相談とサポートシステム

北島 歩美

(日本女子大学カウンセリングセンター研究員・准教授)

特集・メンタルヘルス

従来、学生相談においては、学生本人の自主相談が基本とされ、個人カウンセリングを中心に行われてきた。しかし近年は、自傷他害、ハラスメント、ストーカー行為など、緊急性が高い事例が増加している。特に、危機介入の際には、学生相談室だけで対応することは難しく、大学内の各部署と連携をとることが避けられない。筆者は、以前、理工系大学で専任教員として学生相談にかかわってきた。その経験から言えることは、システム間の連携、協働などが声高に叫ばれている割に、実際のケースを目の前にしては、なかなかうまく機能しないというのが実態だということである。ここでは、事例を用いながら、サポートシステムの

あり方を具体的に解説しよう。

なぜシステムなのか？

はじめに触れたように、学生相談は自主相談かつ個人相談が基本である。それは親からの心理的独立を課題とする青年期を対象にしていることと無縁ではない。しかし、昨今、右記の枠組みでは対応しきれない事例が増加している。二つの側面からその原因をまとめてみよう。

一 学生の気質の変化

学生が自分の悩みを言葉で表現できるまで至っていない。そうなるとその場でのイライラ感や不安感をたまたま目の前にいた人物につけることになり、様々なところで問題を起こすことになる。学生本人はまだ自分の問題として認識できておらず、困っているのは関係者であることが多い。このような状況では、自主来談を期待することはできないので、関係した部署と連携をとって対処することになる。

二 関係性の問題の増加

学生の訴えの中に、ハラスメントやストーカー行為など、関係性に関わるものが増加している。このような場合、学生個人の悩みとして聞いていても解決の糸口が見えづらい。個人カウンセリングの枠内での解決にカウンセラーが固執すると、問題が拡大する恐れもある。

以上二つの状況では、学生個人からの訴えを「待つ」姿勢では、介入の時期を逸してしまう。こちらから各部署と連携をとり、積極的に解決策を打ち出す必要がある。

て、よく利用する子がいる。学生相談を紹介したい」という連絡が入る。

この段階では、A子をめぐる学内で様々な形でトラブルが頻出しているものの、問題は特定化できていない。横の連携がとれていないため、それぞれにその場限りの対応で終始している。問題解決のために中心となってケースマネージメントする役割（学生相談室のカウンセラーが当たることが多い）が不在の場合、問題を放置しておくことで、エスカレーションをおこす恐れがある。例えば、問題をめぐって学内で不安が高まった結果、学生個人に対する批判的、否定的なうわさ・陰口となって表現され、学生がますます学内で居場所を失うこともある。そうすると、学生の不安感が高まり、突発的な行動化（自傷他害、訴訟など）を導くことになる。学生相談室の体制が未熟だったり、学内連携が不十分な場合は、この段階にとどまるため、小さな問題の積み重ねが、時に驚くような大きな問題となって顕在化することになる。

②第二段階 アセスメントとサポートシステム構築の段階

保健室からの連絡を受けた段階で、カウンセラー（以下Co）は介入を始めることにする。まず、保健室の来談

事例

ここでは、大学においてしばしば生じるような事例を紹介する。（様々な例から本質的なものを抽出しており、現実の事例にそのまま対応するものではないことを断っておく。）問題を発生から三段階に分けて、時系列的に解説し、各段階の対応についてまとめる。

①第一段階 問題が特定できず、学内で浮遊している状態

A子は、四年生の女子である。ゼミ担当の教員から相談を受ける。「A子が研究室で男子学生とトラブルになり、自殺すると叫びだし、周りにいた学生も巻き込んで大変なことになった」というものだった。そのときは、事態への対処方法をアドバイスし、次回、問題が生じた場合は、本人を相談室に連れてくるように伝えて終わりになった。ほどなくして、教務課の職員から「（A子から）期限遅れのレポートの提出を認めてほしいといわれ、断ったところ、窓口で押し問答となり過呼吸発作を起こした。どのような対応をすればよいか」という相談が入る。また、保健室からも「最近、授業に出られないといっ

時にA子を相談室につなげてもらうことにする。A子は来談するとCoに「教務課はすごく不親切。学生は不真面目でこんな大学では勉強する気にもなれない」と周囲への不満をぶちまける。Coが少しでも直視化させるようなことを言うと「私は悪くない！」と反発し、内面的なことにはほとんど触れられずに終わる。しかし、「親は卒業しろの一点張りでプレッシャーを感じてしまう」という弱気な本音も語っていた。「学校のことを考えると眠れない。頭痛がひどくて、保健室に行くことが多い」と訴えてもいたため、Coはクリニックを紹介する。保健室にCoから問い合わせると「泣きながら来て、ベッドで一時間ばかり眠ると気分が持ち直すらしい」とのことだったので、そのまま援助を継続するようにお願いをした。ゼミの担当教員にゼミでの様子を問い合わせたところ、「三年まではまじめな学生だった。研究室の人間関係で緊張したところもあると思う。調子が悪いのだったら、少し休んでから復帰してはどうか」との返事をもたらす。しかし、A子はその後、学生相談室に来談しない。その間、大学での問題行動は継続している。Coは学科や保健室からの報告を受け、本人に連絡し予約を入れるが無断キャンセルが続く。そんな折、A子がパニック発作を

起こして、保健室に駆け込むということが起きる。保健室からの連絡を受け、母親に電話し迎えに来てもらうことにした。Coはその機会を捉えて、母親と面談をする。Coからは、「A子はうつ状態だと思われる。投薬治療と休養が必要。大学でいろいろ問題を起こすのは、体が動かないけれど、無理をしてみたいイライラがおきるのでないか」と伝える。母親はA子のことには多少戸惑っている様子だったが、「もともと学校になじめず、不登校だった時もあるが、大学入学後はがんばっているようだったので、安心していい。今から思えば、がんばりすぎて糸が切れてしまったのではないか」と語り、A子の状態に理解を示した。

学生相談室の介入としては、この段階では、まず、A子と接点を持ち、信頼関係を築くことを目的とした。不安感のために、様々な場所でトラブルを起こしていたと解釈し、学生相談室が自分の気持ちを語れる場になることで、行動化を抑制する効果が期待できると考えた。また、教育面ではゼミ担当の先生に、身体面では保健室に協力をお願いし、サポートシステムを作ろうと試みた。しかし、A子はこちらの意に反して学生相談とはなかなかつながらない。唯一つがっていたのは、保健室であるため、そことの連携は強化した。

そのためのエネルギーも相当必要とされる。逆に緊急度が低ければ、本人の意向、周りとの調和などを尊重しながら、介入を進めることになるだろう。A子の場合、パニック発作を伴う抑うつ状態と診断され、緊急度は中〜高程度とアセスメントできよう。即時介入ができるように準備が必要となる。

次に、家族についてのアセスメントである。まずは、家族のサポート力について述べる。家族が遠距離で暮らしている継続的なサポートが難しい場合は、学生を実家に帰省させざるをえない。しかし、別居していても母親のサポートが期待できる場合は、そのまま一人暮らしを継続することもあり得る。学生の状態について家族が理解を示すかどうかにもここに含まれる。

また、カーターとマックゴールドリック（一九九八）は、家族メンバーの出入りによって、家族発達段階を設定し、段階の移行期には、家族は危機的状态に陥るとした。ちょうど青年期は、家族から出立する時期に相当する。青年の自立を家族がどの程度許容しているのか、支援しているのかについてのアセスメントが必要であろう。さらに、ポーン（一九八八）は、自己分化という概念で家族を捉えた。自己分化とは、自律性と依存性の程度を指す。自己分化度

このように、Coと当該学生がつかないような場合は、関係者と協議することが望ましいだろう。そのことよって、起きたことについての情報が共有され、全体像が見えやすくなるという効果が期待できる。

Coは、この段階では、的確な介入のためのアセスメントを行うべきである。アセスメントは、①個人についてのアセスメント②家族についてのアセスメント③大学システムについてのアセスメントという三つのレベルで行うことが望ましい。（表1）

表1 様々なレベルのアセスメント

個人レベル	個人の人格・病理のアセスメント の危険 緊急性の度合い	自傷他害
家族レベル	サポート力、家族発達の段階、分化の度合い	
大学レベル	関係部署のルール、サポート力 連携のとりやすさ	役割分担

個人レベルは、個人の人格、病理についてのアセスメントをさす。個人の認知的特徴、内的照合枠なども含まれる。重要なのは、緊急度の査定であろう。自傷他害の危険はあるか、どの程度切迫性を持っているかなどを知ること、介入の緊急性を図ることができる。緊急度が高ければ、一度に多くのシステムに働きかけなければならないだろうし、

が高ければ、家族の情緒に巻き込まれることなく、自律的に動くことができる。青年期の問題行動は、多かれ少なかれ家族からの自立をめぐる葛藤に根ざしているといえる。家族発達も自己分化も青年期の子どもと家族の特徴を捉え、介入の方向性を決定する上で重要な概念である。

最後に大学システムについてのアセスメントである。所属学科の風土、関係する教員のパーソナリティ、休学後の復帰のしやすさ、出席管理、単位取得の難易度、精神的問題への理解度と許容度などがここに含まれる。A子の所属するゼミは担当教員によれば出席が厳しく課題も多いとのことだったので、治療しながら継続するのは困難であると思われた。

このように、サポートシステムを作りつつ、アセスメントを行うことで、次に述べる介入の方向性が決定する。

どのようにサポートシステムを構築するかに関しては、臨機応変に決定するべきであるが、筆者の経験からいうと、守秘の問題と緊急時の対応を考えて、むやみに拡大しないほうが望ましいと思われる。また、適切に対応するために、連絡会、委員会などを通じて日常から学内での関連機関と信頼関係を築いておくことが必要となる。

③第三段階 介入の方針を決定し、各システムに働きかける段階

母親面談後、母親はA子と一緒に医者の説明を受けた。母親が薬を管理してくれたり、「つらいときは家で休みなさい」と言ってくれることで、A子は落ち着きを取り戻す。学生相談室にも定期的に足を運ぶようになり、「大学に入ってからすぐく無理をしていたと思う。自分の学力が足りないような気がして自信がなかった。人のせいにしていたけれど、自分にイライラしていたのかもいけない」と反省が進むようになる。Coから母親に連絡をして「お母さんがうまく支えている。A子の話を聞いてあげるとは必要なこと」と母親のサポートを評価した。気分が不安定なときは、家でゆっくりと休めるようになったために、大学での問題行動は消失する。A子との面接では「お母さんと話し合って、休学することにした。今のゼミは出席が厳しくて私には無理だと思う。復帰の時には別のゼミに移ることにする」という現実的な提案が出てくる。Coから学科にA子の気持ちを伝え、学科でも復帰後にはゼミの変更を許可してくれることとなる。

A子本人だけでは、相談につながる力が弱いと思われた

ため、Coは、家族の援助を引き出すことにした。家族にA子の状態を伝え、A子を支える器として機能してもらうことにする。それが功を奏して、A子は落ち着きを見せ始める。家族に支えられているという安心感によって、カウンセリングにつながり、自分の気持ちに直面化できるようになる。

また、ゼミに関しても現実的な判断ができるようになり、目標のハードルを下げることになる。学科としては、本来ならゼミ決定後の変更は認めない方針であったが、Coから、A子の気持ちと状況説明を補足することで、受け入れてもらうことになる。そのことによって、A子も母親も復帰後の見通しをもつことができ、安心して休学に入ることができた。

サポートシステムの構築・介入までを一〜三段階まで便宜的に分けて記述したが、実際はすっきりと分類できるものではない。特に問題が大きいほど、すべてが凝縮した形で生じるため、関係者にとっては、かなりきつい作業となる。

学生相談の専門性

サポートシステムが有機的に作動するためには、ケースマネージメントを担う役割が必要となる。(戸谷 二〇〇二)つまり、先に紹介したように、個人と個人をとりまくシステムに関するアセスメントを基にして、介入の方向性を決定する役割である。大学においては、学生相談のカウンセラーが担うことが多い。

サポートシステムを構築する際には、カウンセラーが中心となって、学生にとって何ができるかについて話し合いを繰り返しながら、各関連部署との役割分担を決めることが重要となる。連携という点、とかく情報の共有が優先するような印象があるが、ただ右から左に情報を流しているのではなく、介入として失敗に終わることが多い。Coにしかできないことがある。役割分担を明確にし、各役割の中で、クライアントのために一定の方向性をもって動くことこそ、援助が生きてくると言えるだろう。もちろん、各役割に特定のルールと限界がある。ルールを逸脱することが援助的とは思わない。各役割のルールを連携の中で共有できてこそ初めて協働ということができる。

学生相談に限らず、組織の中で働くカウンセラーは多かれ少なかれ、身体、心理を含めた個人レベル、関係性に関わる家族・友人システムレベル、大学内の組織に関わるシステムレベルについてのアセスメントができる力を求められる。個人対象のカウンセリングにとどまらず、各レベルでのアセスメントを有機的に結びつけ、全体像をつかみ、サポートシステムを構築し、適切な介入ができることが学生相談の専門性といえよう。また、冒頭に述べたような理由から、今後はますますこの力が必要とされると予測できる。

参考文献

Carter&McGoldrick 一九九八 The Expanded Family Life Cycle: Individual, Family, and Social Perspectives Allyn & Bacon
Kerr, M.E. & Bowen, M. 一九八八 Family Evaluation WW Norton (カーン, M.E. & ボーエン, M. 二〇〇一 家族評価 金剛出版)

戸谷祐二 二〇〇二 学生相談におけるマネジメントストーリー行為の問題から考えるー学生相談研究第二三号 第二卷 一六六一―一七五