

14 教育相談の意義と進め方

1 カウンセリングマインドに基づく適切な教育相談

教育相談は、児童生徒が将来において社会的な自己実現ができるような資質・能力・態度を形成するように働きかけることです。児童生徒がそれぞれの発達に即して、好ましい人間関係を育て、生活によく適応させ、自己理解を深めさせ、人格の成長への援助を図るものであり、決して特定の教員だけが行う性質のものではなく、相談室だけで行われるものでもありません。

教育相談というと、極めて高度な専門性が必要な場合がありますが、日常の学校生活における児童生徒の不安や悩み、訴えに耳を傾けていくことも重要な教育相談の一つです。

教育相談の基本的な態度として「傾聴」「共感」「受容」が挙げられます。

○ 「傾聴」：相談者の語るところを“じっくりときく”態度

「傾聴」とは、相談者の語りに耳を傾けることを言います。話をきく中で、担当者の心の中にはさまざまな疑問や批判等が浮かんでできますが、そうした考えは後回しにして、まず相談者の語りをじっくりときくことに集中することを優先します。

○ 「共感」：相談者が感じているように“共に感じる”態度

そして、担当者は可能な限り相談者の語りを「共感的（＝あたかもその人が感じているよう）」に聴き、相談者のさまざまな心情を共に体験してみることが重要です。

○ 「受容」：これまでのがんばりを“肯定的に認める”態度

こうした親身な態度を通して、相談者は「受容されている」感覚＝自分が「認められた」という感覚を生じます。この3つのステップを通して、相談者は自分自身を受容する（＝自分の弱さや不安だけでなく今までの努力の成果を認めることで、自己解決能力の発揮につなげる）ことができ、目標に向かって進むことができます。

これら3つの態度（カウンセリングマインド）を意識しながら、児童生徒に接し、教育相談を行うことが重要です。

2 学校における教育相談の特質

(1) 学校における教育相談の利点（校内チーム）

学校における教育相談には、校長の指揮監督の下にあるメンバーで構成される校内チームが基本になります。校内チームは、学級担任とコーディネーター役の教職員を中心に構成された比較的少人数のチームと、生徒指導部会や教育相談部会、ケース会議等の比較的多様なメンバーで構成される支援チームがあります。学校における教育相談の利点としては、次のことが挙げられます。

ア 早期発見・早期対応が可能

教職員は日ごろから児童生徒と同じ場で生活しています。そのため、児童生徒を観察し、家庭環境や成績など多くの情報を得ることができ、問題が大きくなる前にいち早く気付くことができることは、学校における教育相談の大きな利点です。

イ 援助資源が豊富

学校には、学級担任・ホームルーム担任をはじめ、教育相談担当教員、養護教諭、生徒指導主事、SCなど様々な立場の教職員がいます。校長、副校長は管理職ならではの指導・支援ができます。専科教員や授業担当者、部活動の顧問は、日常の観察やきめ細かいかわりが可能です。

ウ 連携が取りやすい

学校の内部においては、上記のように様々な教職員がいて連携を取ることができます。

また、外部との連携においても、学校という立場から連携が取りやすいことが挙げられます。相談機関、医療機関、児童相談所等の福祉機関、警察等の刑事司法関係の機関などとの連携は、困難な問題の解決に欠かすことができません。

基本的には、その時にかかわった関係者の中で必要な限度で情報を共有し、それ以外には洩らさないという秘密の保持、個人情報の保護などについての共通認識が求められます。

学校と関係機関が円滑に連携すれば大きな力が発揮される可能性がある一方で、連携不足により児童生徒の命が失われるような事態につながる可能性もあります。関係機関との連携の在り方は、学校にとって大きな課題でもあるのです。

(2) 学校における教育相談の課題

ア 実施者と相談者が同じ場にいることによる難しさ

教育相談の実施者が、相談を受ける児童生徒と学校という同じ場で生活していることによる難しさがあります。つまり、教育相談における面接に、それ以外の場面の児童生徒と教員の人間関係が反映しがちであるということです。場合によっては、児童生徒が教育相談の場面においても「この人は自分についての知識を持っている。」等と感じ、安心して相談する気持ちを妨げることがあります。

このような場合には、学校における教育相談の利点である多様な援助資源を活用し、必要に応じてSC等の、児童生徒が中立的と感じやすい者が教育相談を行えるよう校内において連携を図ることが必要です。

イ 学級担任・ホームルーム担任が教育相談を行う場合の葛藤

学級担任・ホームルーム担任が教育相談を行う場合には、特に問題行動などに対応する場面では、児童生徒に対する指導的かかわりを担わなければならない立場と、教育相談の実施者としての役割という、一見矛盾した役割を同時に担うことが求められることがあります。

このような場面では、児童生徒がそのような問題を起こさざるを得なかった背景への理解を深め、その気持ちを受け止めるとともに、問題への指導も行わなければなりません。

このような時は、学級担任・ホームルーム担任が一人で抱え込まずに、学校の利点を生かした対処を図ることが必要となります。

(3) 学校外の専門機関等と連携したチーム

学校外には、児童生徒の支援を目的としている団体や施設があります。その活動における情報を把握し、地域と協力して校外のネットワークを活かしたチーム支援を与えることも大切な視点です。緊急性の高い事案が発生し、校内だけでの対応が難しい場合は、管理職を含めたケース会議を設定し、外部機関との連携を探ります。

3 教育相談の進め方

(1) 教育相談の対象

教育相談はすべての児童生徒を対象にします。①いじめ、不登校、非行などの問題を抱える児童生徒、また、②学習や対人関係、家庭の問題等で不適応感を持ち始めてきているが、まだ非行や欠席などの具体的な行動には表れていない児童生徒、さらには、③表面上は特段に問題なく学校生活を送っている多数の児童生徒を対象として、学校生活への適応とよりよい人格の向上を目指して行われます。

(2) 教育相談の実施者

教育相談は、教育相談担当教員や養護教諭、学級担任・ホームルーム担任、SCなど限られたも

のだけが行うものではありません。あらゆる教育活動を通して行うものである以上、すべての教職員が、適時、適切に行うことが必要です。

(3) 教育相談活動の全校的展開

ア 発達支持的教育相談

「発達支持的教育相談」とは、様々な資質や能力の積極的な獲得を支援する教育相談活動です。個別面談やグループ面談等の相談活動だけでなく、通常教育活動を発達支持的教育相談の視点を意識しながら実践することも重要です。例えば、特別活動における「望ましい人間関係の形成」、「協働的な問題解決能力の育成」などを目的に行われる活動や、教科学習における対人関係スキルや協働的な問題解決力を身に付けることのできる学びの発達支持的な側面に着目し、教育相談の考え方を意識しながら教育実践を行うことが求められます。

イ 課題予防的教育相談：課題未然防止教育

「課題予防的教育相談」は大きく二つに分けられます。第一は、全ての児童生徒を対象とした、ある特定の問題や課題の未然防止を目的に行われる教育相談です。

ウ 課題予防的教育相談：課題早期発見対応

「課題予防的教育相談」の第二は、ある問題や課題の兆候が見られる特定の児童生徒を対象として行われる教育相談です。発達課題の積み残しや何らかの脆弱性を抱えた児童生徒、あるいは環境的に厳しい状態にある児童生徒を早期に見つけ出し、即応的に支援を行う場合です。早期発見の方法として、「丁寧な関わりと観察」「定期的な面接」、「作品の活用」、「質問紙調査」が挙げられます。早期対応の方法として、「スクリーニング会議」「リスト化と定期的な情報更新」、「個別の支援計画」、「グループ面談」、「関係機関を含めた学校内外のネットワーク型による支援」が挙げられます。

エ 困難課題対応的教育相談

「困難課題対応的教育相談」は、困難な状況において苦戦している特定の児童生徒、発達や適応上の課題のある児童生徒などを対象とします。こうした児童生徒には、ケース会議を開き、教育相談コーディネーターを中心に情報収集を行い、SCやSSWの専門性を生かしながら、教育、心理、医療、発達、福祉等の観点からアセスメントを行い、長期にわたる手厚い支援を組織的に行うことによって、解決を目指します。その際は、学校外のネットワークを活用して、地域の関係機関と連携・協働することが重要です。

(4) 教育相談の場面

教育相談は、あらゆる教育活動を通して行われるものですが、定期面談や呼出し面談等は教育相談の大事な場面です。

また、各教科、道徳科、総合的な学習（探究）の時間及び特別活動の授業では、児童生徒の顔色や姿勢、学習態度などから、様々な情報を収集することができ、児童生徒理解を深める大切な場面といえます。その他にも、休み時間や清掃時、給食時、部活動などあらゆる場面が児童生徒理解を深める機会となります。

さらに、学級・ホームルームや学校の生活づくり、適応と成長及び健康安全、学業と進路に関する諸課題への対応に資する活動を通して児童生徒理解を深め、教育相談にも役立てることができま

(5) 学級担任・ホームルーム担任が行う教育相談

教育相談は、一部の特別な知識と技法を身に付けた教職員のみが行うものではありません。教職員であればだれでも身に付けなければならない教育方法の一つです。

学級担任・ホームルーム担任として教育相談を行うためには、①問題を解決する、②問題を未然

に防ぐ、③心の発達をより促進する、などのスキルが必要です。

また、教育相談的働きかけをより有効に展開するためには、保護者との協力関係、校内の様々な教職員との連携が欠かせません。

(6) 問題を解決する教育相談の進め方

児童生徒の問題には、①発見しにくい問題、②なぜそのような問題が生じるのか理解しにくい問題、③原因や背景もある程度は推測できるが解決が困難な問題、等があります。

例えば、いじめ問題は①に相当する例が少なくありません。教職員が、児童生徒の間で生じているいじめを見落とししたり、児童生徒が巧妙な「いじめ隠し」を行うために容易に気付くことができなかつたりすることがあるのです。

他方、不登校などははっきりとした行動として表れるため教職員も気付きやすいのですが、原因や背景は理解しにくい場合が少なくありません。これは②に相当する問題と言えます。

③に相当する問題としては、親の養育態度、夫婦の不仲、家庭崩壊など家庭の要因が深くかかわっている場合、親子関係や本人の生育歴などが深くかかわる場合、うつ病など親の精神的疾患が背後にある場合などがあります。

学校教育の場ではこれらいずれの問題も生じ得るのです。学校場面で生じる生徒指導上の問題への教育相談の進め方を挙げてみましょう。

ア 児童生徒の心理的特質と問題行動についての基本的知識を持つ

児童期から青年期に至る各発達の段階で生じ得る様々な問題（例えば不登校、非行）についての知識をもつことが必要です。

また、知的能力や言語能力、心理的特質や発達の課題についてよく理解しておくことも大切です。幼児期、児童期、青年期それぞれの発達の段階における児童生徒の運動能力、知的能力、認知能力、言語能力、社会的能力などを的確に踏まえた児童生徒理解が求められます。

イ 不適応問題に気付く

児童生徒の心理的あるいは発達的問題は、不登校やいじめ、非行といった具体的問題として表れ明確になっていく場合と、教職員が日常の行動観察や、児童生徒の答案など表現されたものを通して発見する場合、他の教職員や保護者から指摘されたり相談されたりして気付く場合があります。

児童生徒の問題を少しでも早く発見し、問題が複雑かつ困難になる前に指導したり対応したりするためには教職員の観察力が必要です。

児童生徒と学校生活の様々な場がかかわることで授業場面だけでは分からない側面を知ることができます。授業のように構造化された場面での行動と、休み時間や掃除の時間など比較的自由度の高い場面では、表れる行動が異なるからです。

日ごろから児童生徒とこうした様々な場面がかかわると、何か問題が生じた時に児童生徒の行動の意味を理解しやすくなり、また問題への指導や対応も円滑に行うことができます。

【児童生徒の不適応問題に早期に気付くためのポイント】

学業成績の変化	成績の急低下は「心が勉強から離れてきた」「心が勉強どころではない不安定な状態になっている」ことのサイン
言動の急変化	「急に反抗的になる」「つき合う友達が変わる」「急に喋らなくなる」「遅刻・早退が多くなる」などの行動の急激な変化は、本人の中で心理的に大きな変化が生じていることに対応するもの
態度、行動面の変化	顔色の優れなさ、表情のこわばり、行動の落ち着きのなさ、授業に集中できない、けがの頻発など態度や行動面に表れるサインにも注目

身体に表れる変化	頻尿、頭痛、下痢、原因不明の熱など身体に表れるサインもある
児童生徒の表現物	児童生徒の書いた作文、答案、描いた絵や作成した造形物などには、児童生徒が言葉には表現できなかった心が反映されていることに留意
その他	日常、他の教員や保護者とよい関係を築いておく 「気軽に話せる」「率直に伝えられる」「相談しやすい」関係が児童生徒についての重要な情報をもたらすことに留意

児童生徒の不応の早期発見に努めるようにしますが、原因のはっきりしない欠席が続く時などは保護者からの欠席理由を鵜呑みにせず「不登校の前駆症状かもしれない」「児童虐待を受けているかもしれない」等の仮説を立て、対応を検討することが必要です。

ウ 実態を更に明確に把握する

気になる行動や症状の表れの意味するものについて更に明確に把握するためには大まかなアセスメントが必要です。児童生徒の不応問題は、①心理環境的原因が背後にあるもの、②発達障がい的原因が背後にあるもの、③その両者が交じり合ったもの、の3つに分けられます。

心理環境的原因とは、親子関係や家庭の人間関係の不安定さ、教職員との人間関係や学級内でのいじめなど心理的原因と、家庭環境の急変化など環境的原因からなります。いずれも心理的なメカニズムによって問題が生じる場合です。心理環境的原因は行動観察、家庭状況の把握、親子関係や兄弟姉妹関係の把握、生育歴の検討などによって調べることができます。

発達障がい的原因とは、発達の未熟さや知的な障がい、学習障がい (LD)、注意欠陥多動性障がい (ADHD)、高機能自閉症等、といった発達障がいがある背景にある場合です。また、二次障がいとして心理的問題が出現する場合があります。発達障がいの原因は、まず医師の診断を得ることが大事ですが、具体的な発達状況は知能検査や発達検査によって調べます。

こうした不応問題は、校内の教育相談担当教員や特別支援教育コーディネーター、不登校問題を担当する教職員、SCなどと話し合いながら検討していくとよいでしょう。そのためのケース会議 (事例検討会) を開くこともよい方法です。

エ 自主的な相談への対応の仕方

児童生徒の方から自主的に相談に来る場合があります。十分な時間が取れない場合は相談に使える時間を伝え、短時間でも対応します。その際は、時間的ゆとりがあるときにまた相談に乗ることを約束するなどします。自主的な相談は、始めは他愛もない話題であっても、そうした何気ない話題の背後に重要な問題が隠れているかもしれないという予測の下に傾聴することが大切です。

【教育相談で用いるカウンセリング技法】

つながる言葉かけ	いきなり本題から始めるのではなく、はじめは相談に来た労をいたわったり、相談に来たことを歓迎したりする言葉かけ、心をほぐすような言葉かけを行います。 例：「部活のあと、ご苦労さま」「待ってたよ」「緊張したかな」など
傾聴	丁寧かつ積極的に相手の話の話を傾けます。よくうなずき、受け止めの言葉を発し、時にこちらから質問します。 例：「そう」「大変だったね」など
受容	反論したくなったり、批判したくなったりしても、そうした気持ちを脇において、児童生徒のそうならざるを得ない気持ちを押し量りながら聞きます。

繰り返し	<p>児童生徒がかすかに言ったことでも、こちらが同じことを繰り返すと、自分の言葉が届いているという実感を得て児童生徒は自信を持って話すようになります。</p> <p>例：児童生徒「もう少し強くなりたい」 教職員「うん、強くなりたい」</p>
感情の伝え返し	<p>不適応に陥る場合には、自分の感情をうまく表現できない場合が少なくありません。少しでも感情の表現が出てきたときには、同じ言葉を児童生徒に返し、感情表現を応援します。</p> <p>例：児童生徒「一人ぼっちで寂しかった」 教職員「寂しかった」</p>
明確化	<p>うまく表現できないものを言語化して心の整理を手伝います。</p> <p>例：「君としては、こんなふうに思ってきたんだね」</p>
質問	<p>話を明確化する時、意味が定かでない時に確認する場合、より積極的に聞いているよということを伝える場合などに質問を行います。</p>
自己解決を促す	<p>本人の自己解決力を引き出します。</p> <p>例：「君としては、これからどうしようと考えている？」「今度、同じことが生じたとき、どうしようと思う？」</p>

オ 呼出し面接の進め方

自主的に来る相談とは異なり、教職員から児童生徒を呼び出して面接を行うことを「呼出し面接」といいます。呼出し面接は様々な難しさを抱えています。以下、難しい背景について例を挙げます。

- ・問題が生じたときに呼び出すため、児童生徒は「呼出し＝罰」ととらえてしまい、心を閉ざしたり、防衛的になったり、不満や反発する気持ちを表したりしてることが多い。
- ・教職員に相談しながら問題を解決、改善しようという意欲に乏しく、他人事のように受け取ってしまう。
- ・問題発生直後に行われることが多いため、とりあえず指導しなければならない現実的な問題ばかりに気を取られ、教職員も説教的、説論的になりがちである。

また、呼出し面接には、面接以前の児童生徒と教職員の間関係が反映しがちです。これまでの人間関係がよければ円滑に相談は進みますが、そうでない場合には「マイナスからの出発」というハンディのある面接になります。呼出し面接を爽り多いものにするためには、問題が生じていない時の児童生徒との関係を大切にすることが欠かせません。

呼び出すときには、面接の場所を配慮し、面接時間をはっきり伝えることが大切です。

他の児童生徒や他の教職員の目にさらされないような場所を選びます。また、あらかじめ何時から何時までと時間をはっきり告げます。時間の枠がはっきりしていると、その時間範囲の中で話を組み立て話せるからです。そのため、面接時間はできるだけ守るようにします。

呼出しに応じてやって来た場合には【教育相談で用いるカウンセリング技法】の「つながる言葉かけ」をまず行います。その児童生徒の問題がどうであれ、こちらの要請に応じてくれたことに感謝します。

カ あらゆる場面での教育相談

学校では教育相談室とは異なり十分な時間を取って面接することが難しいかもしれません。継続的に相談時間を取って相談を行うことは時間的、場所的、そして教員と児童生徒という関係の上でも困難なことでしょう。

しかしその反面、児童生徒との小さなかわり数は数多くあるはずで、例えば、休み時間や清掃時間、給食時間、教室、廊下、校庭、職員室、部活動の指導場面、学校行事場面、登下校途中、

こうしたあらゆる機会を教育相談に活かします。短いやり取りでも、児童生徒の心に深く響くこともあるのです。

キ 定期教育相談の進め方

学校によっては教育相談を年間計画に位置付け、校内の児童生徒全員に定期的実施しているところがあります。こうした定期教育相談を行う際の進め方を以下に挙げます。

- ・あらかじめ児童生徒について何に焦点を当てるかを一人一人定めておく。
- ・成長が見られた点、よくがんばっている点など、プラスの情報を用意しておく。
- ・児童生徒が自発的に話す場合にはまずは傾聴する。
- ・児童生徒の話が散漫にならないよう、時々明確化しながら聞く。
- ・何を訴えたいのか、本人はどうしたいのか明確にするために質問を挟みながら聞く。
- ・自発的な相談や話題が出てこない場合には教職員から具体的な出来事やエピソードに基づいて話題を提供する。
- ・その児童生徒なりの問題解決力を引き出すように心がける。

ク 守秘義務について

教育相談やスクールカウンセリングにおいて守秘義務が問題になることがあります。大切なことは、学校における相談活動の守秘義務と病院やクリニックなど治療機関における守秘義務では一部異なる部分があるということです。

学校では一人の児童生徒に複数の教職員がかかわります。それゆえ守秘義務を盾に教育的かかわりの内容や児童生徒についての情報が閉じられてしまうと、学校としての働きかけに矛盾や混乱が生じてしまい、結果的に児童生徒やその保護者を混乱に巻き込むことになりかねません。学校における守秘義務は、情報を「校外に洩らさない」という意味にとらえるべきです。

面接の中で児童生徒から「だれにも言わないで、秘密にして」といった言葉が出たときには、まずしばらく話を聞いた上で、「この問題はどうしても他の先生方と協力して解決していく必要がある」と伝え、児童生徒の理解を得るのも一つの方法です。また、資料の管理と扱いにも十分に注意すべきです。

4 課題予防的教育相談の進め方

問題の未然防止は決して容易ではありません。過度に予防的になることで、児童生徒への指導が消極的になったり、必要以上に迷ったりしてしまうことも望ましいことではなく、問題を未然に防ぐ課題予防的教育相談の展開は葛藤を伴うともいえるでしょう。

ここでは教職員のどのような活動や行動が課題予防的教育相談になるのか考えます。

(1) 何事も生じていないときの働きかけの大切さ

何事も生じていないときに信頼関係を築いておくことは大切です。「何事も生じていないとき」は、心にゆとりがある時です。多くの場合、問題が生じると当事者は心にゆとりがなくなります。ゆとりがなくなると人間は欠点や弱点が出やすくなってしまいます。このことは、教職員と児童生徒、教職員と保護者、教職員同士や管理職との関係でもいえることです。

以下に、具体的にどのようにして信頼関係を形成するかを示します。

ア 児童生徒との関係

日ごろから児童生徒一人一人に積極的な関心を持ち、児童生徒理解を図るよう心がけます。また、児童生徒の「よいところを常に発見する」という姿勢でかかわりたいものです。教職員自らが自分を率直に表現し、児童生徒と真摯にかかわるよう心がけることが大切です。

イ 保護者との関係

保護者は我が子の教育に当たる教職員について二つの方法で理解を図ります。

一つ目は直接的に教職員と関わったり観察したりする方法です。授業参観や保護者会、三者面談、学校行事、教員と交わす手紙などがこれに当たります。

二つ目は、間接的に教職員を理解する方法です。学級だよりの記事や成績表の所見、答案用紙へのコメントや採点の仕方、我が子から聞く教職員の姿、他の保護者からの情報、我が子の学校生活への態度（意欲的、生き生きとしている、無気力、学校に行きたがらない等）から推し量るのです。

教職員は常に保護者からの評価にさらされているといえるでしょう。保護者会や学校行事で来校した時、教職員も児童生徒に大きな影響を与えている保護者について理解し、少しでもよい関係を築く手がかりを得ようというつもりで積極的にかかわることが大切です。

教職員から進んであいさつし、その児童生徒についてのプラスの情報をまず伝えます。教職員が我が子をいつもよく見守り、我が子の「良い面」を積極的に見ていると知ることは、保護者にとって大きな安心であり、子育ての意欲と喜びをもたらすものになるに違いありません。何事も生じていない時に直接、間接に信頼関係を積み重ねることが問題の早期発見・早期対応を可能とするのです。

(2) 心の危機サインに気付く

児童生徒は問題行動に陥る前に何らかの前兆の行動を示すことが少なくありません。【児童生徒の不応問題に早期に気付くためのポイント】に示したような観点を意識し、児童生徒の心の危機のサインを見逃すことなく、きちんと受け止めることが大切です。

5 教育相談の展開

教育相談の展開について簡単に紹介します。これらは、教育相談に必要な人間関係を養うのみならず、狭い意味での生徒指導の手法でもあるといえます。

【教育相談でも活用できる新たな手法等】

グループエンカウンター	「エンカウンター」とは「出会う」という意味です。グループ体験を通してながら他者に出会い、自分に出会います。人間関係作りや相互理解、協力して問題解決する力などが育成されます。集団の持つプラスの力を最大限に引き出す方法といえます。学級作りや保護者会などに活用できます。
ピア・サポート活動	「ピア」とは児童生徒「同士」という意味です。児童生徒の社会的スキルを段階的に育て、児童生徒同士が互いに支えあう関係を作るためのプログラムです。「ウォーミングアップ」「主活動」「振り返り」という流れを一単位として、段階的に積み重ねます。
ソーシャルスキルトレーニング	様々な社会的技能をトレーニングにより、育てる方法です。「相手を理解する」「自分の思いや考えを適切に伝える」「人間関係を円滑にする」「問題を解決する」「集団行動に参加する」などがトレーニングの目標となります。障がいのない児童生徒だけでなく発達障がいのある児童生徒の社会性獲得にも活用されます。

アサーショントレーニング	「主張訓練」と訳されます。対人場面で自分の伝えたいことをしっかり伝えるためのトレーニングです。「断る」「要求する」といった葛藤場面での自己表現や、「ほめる」「感謝する」「うれしい気持ちを表す」「援助を申し出る」といった他者とのかかわりをより円滑にする社会的行動の獲得を目指します。
アンガーマネジメント	自分の中に生じた怒りの対処法を段階的に学ぶ方法です。「きれる」行動に対して「きれる前の身体感覚に焦点を当てる」「身体感覚を外在化しコントロールの対象とする」「感情のコントロールについて会話する」などの段階を踏んで怒りなどの否定的感情をコントロール可能な形に変えます。また、呼吸法、動作法などリラックスする方法を学ぶやり方もあります。
ストレスマネジメント教育	様々なストレスに対する対処法を学ぶ手法です。はじめにストレスについての知識を学び、その後「リラクゼーション」「コーピング（対処法）」を学習します。危機対応などによく活用されます。
ライフスキルトレーニング	自分の身体や心、命を守り、健康に生きるためのトレーニングです。「セルフエスティーム（自尊心）の維持」「意思決定スキル」「自己主張コミュニケーション」「目標設定スキル」など獲得を目指します。喫煙、飲酒、薬物、性などの課題に対処する方法です。
ソーシャル・エモーショナル・ラーニング	自己の捉え方と他者との関わり方を基盤として、社会性（対人関係）に関するスキル、態度、価値観を身につける学習であり、社会性と情動に関する心理教育プログラムの総称です。

6 教育相談における保護者とのかかわり

(1) 保護者面接の意義

児童生徒の教育は、家庭の状況と切り離すことはできません。教職員が学級の児童生徒と良い関係を形成しても、保護者との関係がいまひとつであればいつしか児童生徒の心は引き裂かれ、葛藤状態に置かれてしまうでしょう。そうなれば児童生徒への指導が実りにくくなることは明白です。

反対に、保護者と教職員との間にしっかりした信頼関係が形成されていれば、学校で少々児童生徒の心とズレが生じて、家庭で保護者がそれをフォローし、教職員と児童生徒の関係は修復されるかもしれません。

しかし近年、学校教育に対する保護者の姿勢は様変わりし、様々な意味で教職員との信頼関係や協力関係が作りにくくなっているのが現状です。そればかりか、時には相互不信感や敵対感情すら漂うこともあります。児童生徒の心を育成する教育相談の中でも保護者との面接が重要な位置を占めるようになってきています。

(2) 保護者面接の進め方

ア 難しい関係になる前に

何事も生じていない時に保護者とよい関係を結んでおきます。

イ 連絡の段階から相談は始まる

可能な限り直接会って話し合うようにします。また、電話連絡する場合は時間に余裕を持って行います。一方的に伝えたり、そそくさと切ったりすると、それだけで保護者の不安や不満を駆り立てることがあるからです。日時をきちんと約束し、複数の教職員で会うときには学校側の関係者をあらかじめ伝えておく配慮も必要です。

ウ 率直に問題を伝える

呼出し面接の時は「とにかく来てください」といったあいまいな言い方ではなく、率直に問題を伝えます。その際「～で困っています」よりも「～なので心配しています」と、児童生徒の問題解決が目的であることを伝えるようにします。

エ 来校してくれた労をねぎらう

自発にせよ呼出しにせよ、「雨のなか、大変でしたね」などといった来校した親に労をねぎらう言葉があるとよいでしょう。

オ 時間は長すぎないよう

長くても1時間から2時間の範囲内にします。少し時間を置いてまた話し合った方が建設的に展開しやすいものです。

カ プラスの情報・具体的な話

あらかじめ他の教職員などからも児童生徒本人についてのプラスの情報を得ておきます。また、理念ではなく具体的な話を行うようにします。

キ まずは保護者の話に耳を傾ける

特に自発的に来校した場合には保護者の訴えにじっくり耳を傾けます。言い訳したり口を挟んだりせず話を聞きます。また、より正確に問題を把握するために相手の許可を得てノートを取りながら聞くこともよいでしょう。その際、「大事なお話ですから、メモをとらせてください」と断ることも必要です。不明な部分を質問したりしながら積極的に聞きます。相手の話が長くなる場合には、メモを基に要点を確認しながら聞いていきます。

ク 問題点を指摘するとき

児童生徒や保護者の問題を指摘する時は、学校としてはどのようにやっていこうと考えているか、家庭には何をしてもらいたいかも加えて、前向きの話になるように心がけます。

ケ 保護者が無口でうまく表現できないとき

「繰り返し」や「明確化」などのカウンセリングの技法が役立ちます。

コ 精神的な問題が感じられる場合

無理やり説得しようとはせずに、保護者との間で少しでも信頼関係を形成し、安心してもらえよう心がけます。また、その保護者以外に児童生徒の問題解決のキーパーソンとなる人を探すようにします。

(引用・参考)

文部科学省「生徒指導提要」(平成22年3月)「第5章 教育相談」、文部科学省「生徒指導提要」(令和4年12月改訂)「第3章 チーム学校による生徒指導体制」