

# 不登校傾向児童生徒の自立支援モデルに関する研究

—メンタルフレンド活動を充実させるための研修のあり方について—

大原榮子 (愛知女子短期大学)

水野信義 (日本福祉大学)

長岡利貞 (相山女学園大学)

丸山紀子 (東海市立平洲中学校)

吉田洋子 (メンタルフレンド東海事務局)

工藤恵子 (メンタルフレンド東海事務局)

## <要 旨>

不登校児童生徒数が増加の一途を辿っている中で、民間ボランティア団体「メンタルフレンド東海」を立ち上げ、活動を続けている。メンタルフレンドは、世話人となる大学教員の所属する大学の学生であり、臨床を学ぶ学生ではない。むしろ非専門家であり、学生ボランティアである。ここでのメンタルフレンドの役割は、子どもが自分の気持ちに添って自分の考えや思ったことを言語化したり、行動できるようになったりすることであり、その子のペースに合わせ、側で一緒に時間を過ごすことで、その子どもがもっている「その子らしさ」を安心して出すことができ、徐々に自分に自信をもち動き始めることができると捉えている。

この活動で重要なことは、不登校傾向の子どもたちに寄り添い、共に行動するメンタルフレンドのための研修が大切であるということである。年間に決められた研修と日常的に個別に行われるスーパーヴィジョンがボランティア学生を支え、この活動の基盤となっている。

## <キーワード>

不登校傾向児童生徒、メンタルフレンド、研修、スーパーヴィジョン

### 【はじめに】

2001年度の長期欠席児童・生徒のうち「不登校」を理由とする長期の欠席児童・生徒数は13万9千人となり、不登校問題は今や学校が抱えるだけの問題ではなく、日本の社会問題として早急に検討を必要とする課題となっている<sup>2) 7)</sup>。

いじめ・不登校問題の根本的解決を模索する文部科学省は、「児童生徒の問題行動等に関する調査研究協力者会議・報告」(1998)の中で、『児童生徒と比較的に年齢の近い者を相談相手とすることも効果の期待できる方策の一つと考えられる。・・・』と述べている<sup>7)</sup>。また、児童福祉を所管する厚生省(児童相談所)は、

ひきこもり児童生徒に対して大学生による家庭訪問や面接を「ふれあい心の友派遣事業」として1991年度より実施し、大学生の参加の可能性を示唆している。しかしながら、この事業は予算の枠等の制限があり、地域のニーズに充分応えることができなかつた現状があったと報告されている。

### 【メンタルフレンド東海】

#### 1 メンタルフレンド東海世話人

6名の世話人(大学教員3名、公立学校教員1名、主婦1名、メンタルフレンド卒業生1名)で構成している。事務局担当者2名は、メンタルフレンドの申し込み電話の対応や運営事務、

研修会の準備等を受け持つ。3名の大学教員は、活動希望の学生の推薦や定期的なスーパーヴィジョン、学生の臨床場面教育に携る。また、1名の公立学校教員の世話人は、学校現場と連携する上で重要な役割を担う。

## 2 メンタルフレンドの派遣活動

活動は、事務局又は世話人に派遣依頼がくることから始まる。予め世話人が家庭訪問しメンタルフレンドについて説明を行い、子ども本人や家族の質問に答えながら、訪問希望の確認を子ども本人に取る。本人が希望しない場合は活動を行わない。希望があった場合は、子どもとの相性や活動可能時間、訪問距離、交通手段等を考慮して学生を決定する。一回目は、世話人とメンタルフレンドと一緒に訪問し活動が始まる。次回からは子どもと話し合い、日時、活動内容等を決める。訪問は、週1回2～3時間を目安としている。活動期間は、原則として1年間である。

## 3 メンタルフレンド活動の基本

筆者らが考える子どもの自立支援とは、子どもが自分の気持ちに添って自分の考えや思ったことを言語化したり、行動できるようになったりすることである。不登校や不登校傾向の子どもたちの多くは、人との関係に自信がもてなかったり、自分の気持ちが言えないままで苦しくなったり、他人の目が怖くなったりしている子どもたちである。そんな状態の子どもにメンタルフレンドがつき、その子のペースに合わせ、側で一緒に時間を過ごすことで、その子どもがもっている「その子らしさ」を安心して出すことができ、そして徐々に自分に自信をもち動き始めることができることを自立として捉えている。

実際、子どもにメンタルフレンドがつき、その活動が始まるということは、完全な不登校状態や引きこもっている状態の子どもたちではない。不登校や引きこもりを経験してきた中で、今やっと少し自分以外のところに目を向けることができ始め、子ども自身の動きに少し変化がでてきた状態の時であり、不登校傾向で同級生の子どもたちとは上手く人間関係がつかない状態の時に、親や先生ではない少し年上のお兄さんやお姉さんのようなメンタルフレンドと一緒に時間を過ごそうとするものである。

そして、この活動は子どもの了解なくして開始できない活動である。どんなに周囲の大人が活用したいと考えていても、子どもが決める活動である。したがって、この活動はメンタルフレンド(他人)を受け入れてもよいとする気持ちが多少でも出てきたという変化が子どもの動き出しの一步として考え、そんな子どもたちを対象とした活動である。

また、もう一方で不登校傾向の子どもを抱えた家族は、朝から子どもと一日中顔をつき合わせ、ややもすると閉塞感に充ちた空気が家庭内に流れている現状がある。こんな時にも、メンタルフレンドが家庭に訪問することで、緊張感や安心感などのある種の気持ちの変化の風がおこり、それまでに流れていた家庭内の空気が方向を変えて流れ出す。子どものことで精神的にも肉体的にもいっぱい一杯になっていた親にとってメンタルフレンドの訪問は、「ひとときの安らぎや安心感」を感じさせるものである。子どもにとって一番身近な存在である親が変化することで、子どもとの関係が新たなものに変化していく。そんな揺さぶりを起こす役割も

メンタルフレンドの効果としてであると捉えている。

メンタルフレンド活動の支援方法の特徴として次の点を挙げる。

- ① メンタルフレンドとしての活動者は学生である
- ② 人間関係づくりの体験として、遊びを中心にアプローチしていく
- ③ メンタルフレンド学生の事前・事後研修を行う

この活動は、学生がメンタルフレンドとして子どもとかかわり、子どもとの関係や時間の過ごし方、フレンド自身の思ったことや考え方、捉え方について事例を通して研究する。これは、子どもの自立支援と同様に、メンタルフレンドの力量向上を目指すものでもある。子どもとの時間の共有は、学生のボランティアとしての成長にも大きく繋がり、結果として子どもも学生も育つと考える。

#### 【研修】

##### メンタルフレンド力量向上のための研修

メンタルフレンドの研修は、現在初回研修(2日)と、夏期宿泊研修(1泊2日)、2月の継続研修(1日)の計5日間である。活動開始当時は、宿泊研修は無く、初回研修と継続研修と個人研修であった。また、実施の時期についても、学生の夏休み中の期間を利用して初回研修を2日間連続で行った。初めての研修会でもあり、学生がこれから活動するのに必要な内容を、既にフレンド養成をしている児童相談所のプログラム等を参考に組み立てた。

#### 1 初回研修

メンタルフレンドの活動基礎の研修である。この初回研修の内容としては、学級担任の立場

から不登校傾向の児童生徒についての現状や、どうかかわっているのかなど実際の子どもやその家族についての講義、メンタルフレンドとして活動し始める際の基本的な心構えとしての「面接法」、学校以外の居場所として設けられた市の施設「適応指導教室」と「相談室」の相談活動などを毎年の基本テーマとして講座に組み込んでいる。また、短期治療施設ならわ学園の臨床心理士による「家族援助」、世話人であり学校臨床を研究している教員には「子どもと欠席」についての講義、メンタルフレンド一人一人の緊張をほぐす意味と自己開示のための体験学習、そして、市教育長の「メンタルフレンドに寄せる想い」など、2日間計14時間の研修を組んでいる。

#### 2 継続研修

その年度の活動についての全体スーパーヴィジョンと活動終結についての意味や諸注意を、2月に継続研修会として一日日程で開催している。初回の研修会が子どもとの出会いに対する心構えの研修にあたるが、継続の研修会はメンタルフレンドのかかわり方の経過と子どもの変化、及び年度末で一応集結するために、メンタルフレンドがどのように子どもとの別れを迎えるかについて学ぶ研修としている。

#### 3 個別研修

個人の研修としては、メンタルフレンド一人一人の活動が始まると訪問面接ごとにその報告書を担当教員に提出し、スーパーヴィジョンを受けることとしている。これ以外にも、学生は困ったり必要があったりすれば何時でも所属大学の教員とは連絡を取り合うことも容易なため、随時相談をすることが可能である。教員も同じように、活動経過の中で子どもやフレ

ンドの動きが気になる時は、何時でも学生に声がかけられる点が同一校ならではの利点である<sup>10)</sup>。

### 【研修の充実に向けて】

上記のようなメンタルフレンド全体の研修として、8月の初回研修(2日間)と2月の継続研修(1日)、個人研修を実施してきた中で、次のような問題点が出てきた。

#### 1 問題点

- ① 活動開始が毎年夏休み以降になってしまうため、実活動期間が短い。
- ② 新学期の時点でメンタルフレンド派遣の要請があっても初回研修前であるために派遣ができない。対応が遅れる。
- ③ メンタルフレンド自身を支えるための研修が少ない。

これらのことに対し色々な形でPR活動をし、次第に「メンタルフレンド」の存在を知ってもらう中で需要と供給のバランス、そして質の高さを保っていきたいと考えた時、次のことが世話人会で検討された。

#### 2 検討の結果

- ① メンタルフレンドの派遣依頼の時期と初回研修の時期を考えると、なるべく早い時期(新学期)に初回研修を行う。
- ② 研修の充実については、初回研修を新学期に行うのであれば、学生の夏休みを利用して行う。この研修会の主旨は、学生自身の自己開示と学生相互及び世話人との交流が目的であるため、時間を有効に活用できる宿泊研修とする。

この話し合いの結果、従来の研修に「宿泊研修」が加わり、活動3年目から「初回研修」を5月に2日間、「宿泊研修」を夏休みに1

泊2日、「継続研修」を年明けの2月に1日かけて行うようになった。

末松<sup>8)</sup>は、ボランティアの研修体験の意義について、「ボランティアにとって、継続研修は自己成長の場、仲間との出会いの場、またマナー防止の場である。また、活動体験の意味として、専門家にはある程度明確な役割や立場があるが、ボランティアはその非専門性を生かすための『あいまいさ』の中で続けられることになり、それがボランティアのストレス源ともなる。このような活動を支えているのが、継続研修を中心とした仲間であり、活動の主旨を理解し、ボランティアの可能性に信頼を寄せる各分野の専門家である。相談者のニーズに応えられるためのシステムづくり・研修プログラムづくり・マンパワーの活用を専門家と非専門家が協力しているのである。」とボランティアの研修の意味や重要性について述べている。また、同氏は、「合宿経験は、自己への気づきの場であり、メンバーとのかかわりを通して、他者を知ることの意味、自己開示を妨げているものの気づき、グループであることなど対人関係での様々な側面を『今、ここ』での体験を通して学ぶ場である。」とも述べている。

このように、試行錯誤しながらボランティア学生であるメンタルフレンドを育てる研修を検討してきた。

### 【研修の充実】

研修の内容としても、いくつかの修正を繰り返しながら研修会を運営してきた。

初回研修の基礎研修内容として開講している内容は、以下のようである。

#### 1 初回研修の基礎内容

初回研修の基礎内容として、先ず「メンタル

フレンドの役割とは何か」について、世話人から「メンタルフレンド東海」の会の活動趣旨として話をする。次いで、実際の活動に必要な学習として、「面接入門」を世話人の1人である精神科医が具体的な事例を織り込んで行う。そして、実際に家庭訪問以外の訪問先になる「市の適応指導教室」及び各学校の「相談室」の相談活動について、それぞれの担当者が講師となり子どもの実態や教室運営についての講話をする。

メンタルフレンド活動をしたいと思って参加した学生にとって、実際に体験をしているメンタルフレンドの活動報告が一番聞きたいところである。現在活動している中から、家庭訪問、学校訪問、適応指導教室訪問についてそれぞれの体験発表を聞く機会をもつ。

初回研修の中に、毎年、市教育長の講話を入れていく。この活動を始める際に積極的に応援をしてくれたことから、教育の先達者としての教育長の教育観や、この新しい活動を非専門家である学生が行うことに対する支援を願う気持ちから依頼している。

初回研修は、多くの話を聞くことを中心に2日間行われるが、その中で学生自身が自分のことについて考えたり気づいたりするために、参加者全体のグループの中で一人一人の差異を大切にすることを学ぶ「体験学習」がある。ここでは、座学ばかりではなく学生自身の積極的な参加がある。

研修のプログラム構成をしていく時、今年度特に力を入れて行いたい内容について「特別講座」を設けている。内容は、その時の子どもに関する問題や社会的に話題になっているようなことに焦点を当て、講師を依頼している。

初回研修を受けたメンタルフレンドの感想は以下のようなものである。

- 今までは不安の方が多く、本当に自分のできることがあるのかと不安だったが、少しだけフレンドとしてのかかわり方、考え方が分かったので、早く活動してみたいと思った。
- 自分の思い描いていたメンタルフレンドというもの、実際活動しているフレンドの話では大きく異なる点があった。
- ロールプレイで生徒役を経験することで、今まで気付かなかった事に気付くなど、その立場にならないと気付かないことが多いことが分かった。

## 2 宿泊研修の内容

この研修は、初回研修を終了した者がどのように活動を行っているか、活動の問題点はあるのかなどを各自がケースレポートとしてまとめ、全員でケースカンファレンスに参加するものである。この時に、臨床心理士であるT市専任のスクールカウンセラーに講師を依頼している。このケースカンファレンスの他に、「メンタルフレンドに今必要な研修」として初回研修内容との関係も考慮して、毎年特別講座の講師を依頼し開催している（表2）。

宿泊研修後のメンタルフレンドの感想は、以下のようなものである。

- ケースを報告したことで色々なことを振り返って考えることができ、また新たにがんばろうという気持ちになれた。
- 講師の先生の話（虐待）は本当に新しい知識として勉強できて良かった。改めていろいろな家庭があることを知った。
- 発達障害の基礎知識という話を聞いて、基礎の必要性を感じた。今まであれっと思って

いた事が、定義づけて理解できると対応の仕方も見えてくるし、世界観も変わってくると思った。

### 3 研修会の意義

メンタルフレンドは、心身共に健康な学生たちのボランティアとして成り立っている。従って、学生たちが実際にメンタルフレンドとして活動を開始した時から援助者としての不安が始まる。もともと学生たちがボランティアとして自分の興味関心のあることに対し何かできればという発想から、子ども支援に応募してきているだけで、「不登校」についての専門家ではない。中には、かつて自分自身が不登校経験者であった者もいるが、わずかである。ことばで「不登校」と聞いていても、そのことが実際どういうことであるのか、また、学生自身が何かしたいと考えていた割に何もできないということを感じるなど、心身共に健康な学生たちが、それまで経験をしたことのない精神的な不安を、かかわっている子どもの問題点とともに感じていくことが多い。そのことを踏まえ、「メンタルフレンド東海」では研修を義務づけている。

以下は、継続研修後の感想である。

- 日ごろ思っていたことや多少心配していたことを、他のメンタルフレンドの人に意見を聞くことができ、研修後は安心しました。
- 自分とは違う視点を持った子どもと接することができたこと、また同じ体験をしているフレンドの話を書くことができたことにより、自分の体験を振り返ることができた。そして、色々な考え方を知ることができて良かった。
- 日ごろ思っていたことや多少は心配して

いたことを他のメンタルフレンドの人にも聞くことが出来て、研修後は安心しました。本当にケースごとに違うことが分かります。会うごとに M ちゃんの笑顔が自然になっていくことがうれしかったです。

### 4 スーパーヴィジョンの意義

メンタルフレンドにとって活動を継続するために、スーパーヴィジョンは重要である。研修を受けることが義務づけられているのと同じようにスーパーヴィジョンを定期的及び必要な時に受けることは、メンタルフレンド自身の精神的フォローアップと子どもへのかかわり方の迷いや不安を除くことに大きく影響する。鑪は、「スーパーヴィジョンの意義と課題」<sup>11)</sup>の中で、「臨床的な仕事をスーパーヴィジョンなしに行うこと、また教科書のみでの学習で行うということは特定例との間にある溝を無視することになる。その結果、大きな危険をおかし、危ない冒険をすることになる場合も少なくない。危ない危険というのは、クライアントに不利益を与えるという意味である。臨床家がどのように経験豊かであっても、クライアントは常に個別的存在であり、常に新しい存在であるということの意味する。・・・スーパーヴィジョンは選択可能な学習の機会というのではない。それは、『受けねばならない必須の学習』であるということである。」とその重要性を述べている。

以下は、宿泊研修及び継続研修の中でスーパーヴィジョンを受けたことに対するメンタルフレンド自身の意見である。

- 他の人の体験や思い、対応を聞くことができ自分の活動の中で生かすことができました。

- 大変役に立ちました。ひとりよがりはだめですね。
  - とても助かっています。やはり自分一人では考え込んでしまい、自分のした事は正しかったのか自分ではわからないので。
  - スーパーヴァジョン無しの活動は、児童に様々な悪影響をあたえることも考えられるし、フレンド自身の心の浄化ができない状態になってしまいます。また、私は必要を感じた時、電話でも世話人からスーパーヴァジョンを受けることを自然と行っていたので、世話人との連携という面でも良い状態となり、スーパーヴァジョンの無い活動は考えられないし、無い活動はあってはならないと思います。
  - 他者の活動状況や考えなどを参考に出来、アドバイスを貰えるので、大変役立った。
  - 一人で悩んできたことも、研修を終えるころにはなくなっていました。
  - ケース検討の際のアドバイスや、自分自身はどう思っているのかなど、客観的に考えさせていただけたりして、とても参考になりました。
  - 非常に役に立っていると思います。困った時など一人で抱え込むことなく、問題に対処することができるのでいいと思います。
- 以上のような意見があり、スーパーヴァジョンの重要性をメンタルフレンド自身が捉えていた。学生自身が、ボランティアで何かをしたいという気持ちでこの活動を開始しているわけであるが、この研修がないと活動そのものの継続が困難になる。そのためにも、研修やスーパーヴァジョンは重要な課題である。

#### 【おわりに】

研修の意味は、学生を支えることである。研修内容も、初回研修はメンタルフレンド入門編であり、先輩フレンドの活動報告は、これから活動を始める者にとって大変参考になる。また、夏休みを利用した宿泊研修会は、活動の経過報告と学生相互の親睦、学生自身の自己開示訓練等の場となる。継続研修会は、年度末のまとめであり、次年度の活動希望についても話し合う。このような研修会が不登校児童生徒を支えるメンタルフレンドたちの活動を充実させるものであり、重要な役割を担うものであることを認識した。そして、メンタルフレンドの学生が活動を継続していくためには、活動報告の提出とスーパーヴァジョンを受けること、そして研修に参加することが必要であり、これが結果的にはメンタルフレンド活動が安心して行え、子どもを支えることに繋がるため、その充実が重要となってくる。

#### 【引用・参考文献】

- 1) 東 知幸：引きこもりがちな不登校生徒に対するメンタルフレンドによるアプローチ, 心理臨床学研究, 19(3), 290-300, 2001.
- 2) 稲村 博：不登校の研究, 新曜社, 1994.
- 3) 石隈利紀：学校心理学—教師・スクールカウンセラー・保護者のチームによる心理教育的援助サービス—, 誠信書房, 1999.
- 4) 伊藤美奈子：メンタルフレンドとの出会い、不登校生徒の成長, 発達 20-77, 42-48, 2000.
- 5) 金井雅子：メンタルフレンドはどんな役割を果たしているか, 児童心理, 51(8), 105-110, 1997.
- 6) 村山正治：カウンセリングと教育, ナカニシヤ出版, 1992.
- 7) 文部省：「いじめの問題に関する総合的な取り組みについて」児童生徒の問題行動に関する調査研究協力者会議・報告, 13(4), 1998.
- 8) 大原榮子他：地域におけるメンタルフレンド活動の導入, 安田生命社会事業団研究助成論文集, 33, 1997.
- 9) 末松 渉：ボランティアの意識と体験, 山本和郎他編著, 臨床・コミュニティー心理学, 118-119, ミネルヴァ書房, 1995.
- 10) 武井 明・富樫悦子・長野正稔：不登校児に対するメンタルフレンド訪問援助—治療成績および追跡調査の結果から—, 日本 精神衛生学会(編) こころの健康, 14-1, 71-78, 1999.
- 11) 鎌幹八郎・滝口俊子：スーパーヴァジョンを考える, 誠信書房, 2001.