

英国シンポジウム「子どもの心の居場所づくり」要約

2006年10月28日東京開催

2006年10月29日大阪開催

主催 NPO 法人日本子育てアドバイザー協会
後援 文部科学省

はじめに

前田節子先生

私は、カウンセラー資格取得の現地研修時に「The Place 2Be」と出会いました。それは、小学校の中にあるプレイセラピーとも呼ばれるスペースです。

子どもの居場所が今の日本にはなかなか見あたりません。毎日のようにいじめや虐待で子どもたちが命を落としているというニュースが絶えません。困ったとき、悲しいとき、嬉しいとき、子どもたちが誰かと安心して話せる場所を作ってあげることが必要なのではないのでしょうか。

このような問題を解決できるのが「The Place 2Be」というシステムではないかと私は思っています。

「The Place 2Be」について

The Place 2Be ピーター・ウィルソン氏

英国の子どもの現状とメンタルヘルス

2人の心理学者が子どもたちの社会的傾向を発表しました。そこには「離婚・別居・再婚など家庭形態の変化の増加」「学校でも、家庭でも試験や勉強の成果が最優先される」「貧困水準以下で生活する子どもの増加」などがあげられています。

要因はひとつではなく複合的ですが、インターネットが子どもたちに与える影響も大きくなっています。このような状況の中で子どもたちの心が不安定になってきています。

子どもたちのメンタルヘルスとは、心理的に、知的に、精神的に発達する能力。他人の存在に気づき、共感し、関係性を発達させる能力という側面もあるでしょう。そして、メンタルヘルスで重要なのは、親の愛情に包まれて育つ、地域でのコミュニティなどに囲まれて育つという環境です。

精神的に不安定な状況は多くの子どもに見られる

6年前ですが、英国の5歳～15歳までの子どもたち1万人を対象に行ったデータがあります。多くの子どもたちが不安やうつ、怒りなどを持っていて、物事に対して集中できないなどの症状がありました。暴れるなどの行動障害を持った子どもや、多動症(ADHD)と呼ばれる症状の子どももいました。このような症状が見られたのは調査した子どもたちの10%にものぼりました。

これは英国でのパーセンテージですが、日本の子どもたちにも同様の状況があると思います。つまり、10人に1人が心に不安を抱えていること。それは特別な疾病ということではなく、ごく普通の子どもたちに起こりうることであり、ということをもっと認識すべきだと思います。

心に不安を持つ子どもたちに、精神的なケアが必要

メンタルヘルスとは、医学的な治療ではなく「心のケア」と解釈していただければと思います。深刻な心的障害をもち続けることは子どもにとっていいことではありません。環境要因も重要です。しかし、子どもたちを取り巻く周囲の状況は刻々と変わっていくものだということも、認識しておく必要があります。

心のケアをするためには、専門機関に通うなどお金がかかるものですが、小学校の中にある「The Place 2Be」のようなNPOの団体を利用するのも一つの方法でしょう。

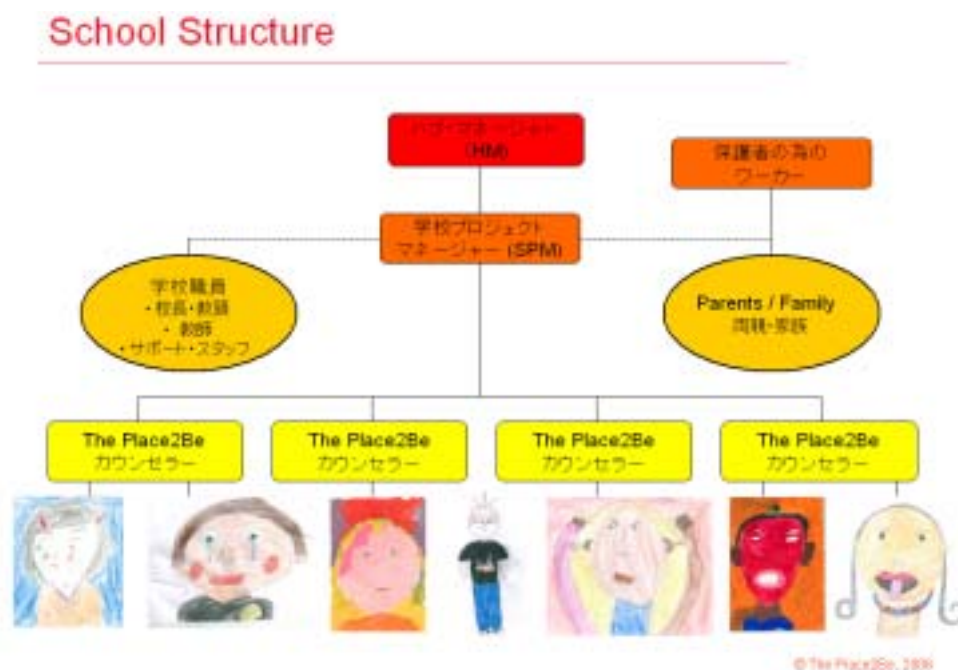
「The Place 2Be」の役割

「The Place 2Be」とは、1994年に設立された慈善団体で、革新的に成長し続けています。小学生に対して、創造的なワークや遊び、会話を通じて自分の気持ちを表現できる場を提供しています。活動の拠点が学校である理由は、子どもがそこにいるからです。瞬間的に助けが必要な場合にも、すぐその時にサポートすることができるという場所が学校です。

また児童のみならず、保護者や教師に対してもさまざまなサービスを提供しています。学校に活動拠点を持っているからこそ、保護者や教師とも接点を持ちやすいというのが特長です。

児童に対してのボランティアや、スタッフ、大人に対しての研修も行っています。「The Place 2Be」は、研究に裏付けされたモデルに基づいて、小学校に通う児童の気持ちをサポートする役割を果たしています。

< 「The Place 2Be」の組織 >



小学校から依頼があると、「The Place 2Be」で、担当のハブ・マネージャーを立てます。そこから小学校の中に組織を作っていきます。小学校にはスクール・プロジェクト・マネージャーが派遣され、ボランティアカウンセラーを数人組織します。

直接相談に来る勇気を持ってない子どもたちのために、相談窓口には郵便受けも設置しています。これは今までに2万1000人の子どもたちが利用しています。

スクール・プロジェクト・マネージャーは教師や保護者とも密に連絡を取り、必要に応じて親や教師に対する研修なども行います。相談に来る子どもたちは複雑な家庭環境に置かれている場合も多く、そのようなケースを解決するためには、子どもだけではなく、親や教師へのアプローチも必要になってきます。

情報収集・トレーニングなどへの企業サポート

ボランティアカウンセラーは直接1日数人の子どもとの面談を行いますが、ボランティアカウンセラー自体も、1日の最後にはスクール・プロジェクト・マネージャーと面談し、方針を相談します。これはボランティアカウンセラー自体が心を重くして子どもたちの悩みをそのまま持ち帰らないようにするための面談でもあります。スクール・プロジェクト・マネージャーの約60%がトレーナーとしての資格を持っています。

「The Place 2Be」では、多くの子どもたちの情報を集め共有しています。また、ボランティアのカウンセラーや、スタッフ、教師など大人用のトレーニングも行っています。このような活動には欧州のファンドなどもサポートしており、具体的にはKPMG、Clifford Chance、BTなどが協力してくれています。

< 補足 >

前田先生

「The Place 2Be」で一番重要なのは、小学校から「The Place 2Be」を導入したいという要請があってこの活動が開始されるということだと思います。日本の小学校にもカウンセラーが導入されるようになってきましたが、公から派遣されている場合が多いこともあって、カウンセラー自体が孤立してしまっているということも多いようです。

「The Place 2Be」は、小学校の中の一組織となり、学校側がスクール・プロジェクト・マネージャーに給料を払うというシステムです。職員の一員となりながら、小学校側のニーズに合わせたカウンセラーの導入や管理などを行っていきます。職員の一員ですから、教師や親と一緒に話し合いを進めていくということも、スムーズに行くことが多いようです。

カウンセリングトレーニングについて

The Place 2Be ピーター・ウィルソン氏

さまざまな種類のトレーニングを用意

子どもとカウンセラーとの関係性はとても重要になります。また、カウンセリングは永遠に続くものではなく、うまく終了させることも大事なのです。子どもを拒絶して終了したというような印象を残さないことも大切です。「The Place 2Be」ではさまざまなトレーニングを用意しています。ボランティアカウンセラーのトレーニングもありますし、教師や補助教員、スーパーバイザー向けのものなども用意されています。私たちは、トレーニングはおもしろいものでなくてはならないと思っています。実技としてロールプレイアートなども使いますが、これらのトレーニングを通してよりよい気づきが得られればと思っています。

トレーニングには遊具や絵も使いますが、これには繊細な子どもの心に戻って欲しいという私たちの思いも込められています。

子どもの心の感じ取り方

ボランティアカウンセラーのトレーニングは8～20週のプログラムになっています。この中には「セッティング」「関係性」「コミュニケーションの道筋」「プロセス」「育む関係」という5つの要素が含まれています。

コミュニケーションの取り方にもいろいろあります。「話し合う」という方法もありますが、「口頭で言わず、表現で感じ取る」という方法もあります。この場合には、アートや人形、動物、砂などが使われます。子どもとの信頼関係

をつくるのが大切です。そしてコミュニケーションを取りながら、子どもの好きな遊びを感じ取ります。

子どもがどんなものを使って、どのように表現するのかということをカウンセラーが感じ取りながら、子どもの心の状況を察し、どう対処すべきかを見つけていきます。子どもの表現を十分に理解し、明確にして、必要な人にいかにそれを伝えていくかということが重要です。有効なカウンセリングをするためには、多くのケアが必要であるということです。

砂の箱の事例から感じ取ってみよう

子どもたちが遊んでいる例を見てみましょう。



ある子どもが砂の箱で遊んでいます。



ゾウの人形を使って他の小さな動物たちを箱の隅に追いやり、小さな動物が出られない塀を作っていました。



外にはゾウだけがいますが、そこに現れたモンスターにゾウがやっつけられてしまいます。



小さな動物たちは「外に出られないよー」と話しています。

この場面から、みなさんどのように感じたか話し合ってみましょう。ゾウはその子ども自身であったかもしれないし、友達なのかもしれないし、母親なのかもしれません。この砂の箱の子どもの遊びから、いろいろな場面や関係性が想像できると思います。この子は、自分の状況や自分がしたこと、自分の心の中で起きたことを、遊びを通して伝えています。この砂の箱の中にはさまざまな意味が込められているのでしょう。

箱の中の事例からの分析の手法

・カウンセラーは、まず状況を把握します。

ゾウは他の動物を押しやっている。他の動物の周りを仕切っている。ゾウがモンスターにやっつけられている。

・状況から分析します。

たとえば、全部が家族なのかもしれないという方向で見えます。

中に入れられた動物たち(子ども)が怖がっている。ゾウは親で、親に大変なことが起こっている。たとえば大変なことというのは、お父さんが誰かとケンカしたのかもしれない。お母さんの具合が良くないのかもしれないなど。

実際には砂の箱で遊んでいる子ども自身や周囲の状況についても把握しながら、子どもの心の表現を読みとっていくことになるでしょう。

このように子どもの遊び方からカウンセラーが子どもの心を感じ取っていくためには、研修やトレーニングがとても大切です。

スカルプト(彫刻)という技法

もうひとつのトレーニングとして、スカルプト(彫刻)という方法をご紹介します。これは、問題を自分で体感してみるという方法です。

1. 4人の家族とカウンセラーを設定します。

兄(ジョン):学校をよく休むが、活発なタイプ

妹(サラ):学校でいい子に振る舞っている。ママにべったり

ママ34歳:健康面で不安がある

パパ29歳:多忙。蒸発することもある。妻に暴力をふるうことも

カウンセラー:第三者の立場で、家族から問題を聞き取ります

2. 家族がそれぞれの役割になりきって、カウンセラーと会話をします。

3. カウンセラーが、4人の家族の関係を彫刻のように台の上で表現します。表情や身体の向き、手や足などの仕草にも気を配って、やや誇張した感じで作り上げていきます。

4. 形が決まったら、家族の役割の人たちは彫刻のように動作をストップします。その様子から、それぞれが感じ取ります。

5. 「スナップ」という言葉と共に、身体の緊張を解き放ちます。そうすると体の部分のどこに緊張があったのかという

ことがわかりやすいです。

6. カウンセラーが、こうなって欲しいという家族の関係を台の上に表現します。上記と同様に動作をストップし、「スナップ」という言葉で身体の緊張を解き放ちます。

7. 家族を演じてくれた人たちとカウンセラー役の人から、自分がその役割を演じてどう感じたかを発表してもらいます。

8. 最後には「私はジョンではありません」と宣言し、それぞれの役柄を引きずることのないように自分から役を落として、終了します。

～これは「The Place 2Be」で実際に行っている研修の一幕です。このトレーニングにはさまざまな内容が取り入れられています。一つの家族ではありますが、家族を構成しているひとりひとりを個人としてみていくと、さまざまな思いがあるということがわかると思います。

そして、家族全体としてみても悩みがあるということがわかります。

この家族関係をどうやってよりよくしていけばいいのか、誰に呼びかけてどうやって成し遂げていけばいいのかということを考えていくための、トレーニングです。

< 質問への回答 >

Q . カウンセラーには、どのような年齢でどのような人たちがなるのでしょうか？

A . 年齢は25歳～74歳まで幅広いです。職業を持っている人、職業を持っていない人、母親である人や、おばあちゃんもいますし、国籍もさまざまです。

カウンセラーになっていただく場合には、面接制度があります。でも一番重要なのは、どれだけ自分のことを知っているか、自分への気づきがあるかということだと思います。子どもの頃の自分自身への理解などが、子どもの心を受け入れるときにも重要になってくることがあります。

Q . 学校の中にあることで子どもが人目を気にして、相談に来にくいというようなことはありませんか？

A . 郵便受けが有効です。郵便受けにはいじめられている子からのメッセージも、いじめている方の子どものメッセージも入ります。いじめている側の子どもも、自分の心に何か問題があるのではないかと気づいているのではないかと思います。

Q . 日本の学校にもスクールカウンセラーが導入され始めていますが、「The Place 2Be」との違いは何ですか？

A . スクール・プロジェクト・マネージャー(スーパービジョン)がいるということが、大きな違いだと思います。カウンセラー自身が、スクール・プロジェクト・マネージャーと1日の最後に面談することで、自分を燃やし尽くすことなくカウンセリングを行うことができます。また、学校側が学校側の意志で「The Place 2Be」を自主的に導入しているというところも、日本との大きな違いでしょう。(前田先生)

Q . 日本ではいじめによる自殺が相次いでいます。このような状況の中でも「The Place 2Be」は有効ですか？

A . まず先生たちはなぜそのようなことが起きてしまったのかを、きちんと把握することが大切だと思います。自殺が起こってしまった学校だけではなく、あらゆる学校でチェックすべきでしょう。

たったひとつの理由から自殺に至るケースは、少ないと思います。友達、先生、家族などさまざまな理由があると考えられます。子どもを取り巻く周囲の人々が、気持ちの使い方や気持ちの感じ方をレベルをあげるべきでしょう。

「The Place 2Be」は学校内に置かれますから、より子どもに近い位置で、友達、先生、親などさまざまな角度からのフォローやフィードバックなどが可能であると考えます。

Q . 「The Place 2Be」を導入するためにどのくらいのお金が必要ですか？

A . 英国では現在 10 校が導入しています。学校の規模によっても違いますが、1校につき約2万5000ポンド。日本円にして約500万円(1ポンド 200 円)で計算した場合です。子ども1人に対して年間約400円という計算になります。これはスクール・プロジェクト・マネージャーに支払われる額ですが、カウンセラーはボランティアですから無償です(ボランティアの考え方は国によって異なると思いますが、英国の場合、ボランティアは無償という考え方になります)。つまりスクール・プロジェクト・マネージャーを一人雇うと、ボランティアカウンセラーが数人ついてくるといったことになります。この金額には、調査代などすべてが含まれます。

Q . カウンセリング中、子どもが暴れたり、カウンセラーが危害を加えられそうになることはありませんか？

A . 子どもとセッションするときに、「この場を離れない」「危険なことはしない」などの約束をします。おもちゃなどもあ

り環境の整った専用の部屋でカウンセリングしますので、ひどく暴れる子どもはいないようです。

また、部屋に来たからと言って、子どもたちはすぐに話ができるということでもありません。カウンセラーは待つことも大切だと思います。「私はここにいる」「何かあったらここに来れば大丈夫」と相手にわかるようにしておくことは、とても大切なことだと思います。落ち込む気持ちになることは決して悪いことではありません。時間をかけながら、相手の気持ちや空間を尊重してあげられることが大切だと思います。

文責 高祖 常子(協会認定アドバイザー12期生)