

# 2016年度 学生相談の傾向と分析

小川 歩<sup>1)</sup>, 松本 恭実<sup>1)</sup>, 橋本 和幸<sup>2)</sup>,  
了徳寺大学・メンタルサポートセンター<sup>1)</sup>  
了徳寺大学・教養部<sup>2)</sup>

## 要旨

本稿は、2016年度1年間の学生相談室の利用状況の傾向と分析を行ったものである。相談内容は、心身症と無気力に関するものが最も多かった。来談経路は相談員の授業を受けたことをきっかけとする来談が最も多かった。次いで、自主的な来談が多かった。

キーワード：学生相談室，学生相談員，利用件数，相談内容

## Analysis of student counseling tendencies in 2016

Ayumu Ogawa<sup>1)</sup>, Ayumi Matsumoto<sup>1)</sup>, Kazuyuki Hashimoto<sup>2)</sup>,

Mental support Center, Ryotokuji University<sup>1)</sup>  
Center of Liberal Arts Education, Ryotokuji University<sup>2)</sup>

## Abstract

This paper analyzes student usage tendency of the student counseling office during 2016. Students' consultation triggered by counselor's lessons with regards to psychosomatic disorders and apathy was most frequent. There were also many consultations that were not triggered by the lessons but of a self-determined origin.

Keywords: the student counseling office, counselor, the number of users, the consultation contents

## I はじめに

本稿は、学生や教職員による学生生活適応全般の諸問題に関する相談を受けるため、大学内に設置された相談機関である学生相談室における2016年度の利用状況について報告するものである。具体的には、学生相談室の利用状況と今後の展望を分析することを目的とする。なお、本稿は第一筆者が事例提示と主たる執筆を行い、第二筆者および第三筆者を含めた3名で分析と考察を行った。

## II 学生相談室の基本情報

### 1. 学生相談室の開室状況

本学の学生相談室は、3名の相談員が交代で1日に1人ずつ、毎週月曜から金曜の11時00分から19時00分までを基本的な開室時間としている。ただし、教員と兼任する相談員は、授業の都合等でその限りではない。

## 2. 相談員のプロフィール

3名の学生相談員のプロフィールは次の通りである。

A相談員：非常勤。週2日勤務。授業担当有。

B相談員：非常勤。週1日勤務。授業担当無。

C相談員：教員との兼任。相談担当は週2日だが、大学には週4～5日勤務。全学科の授業担当有。

## Ⅲ 2016年度の利用状況

### 1. 利用件数

2016年度4月から3月までの12ヵ月間の学生相談室利用件数は、新規の申し込み15件、前年度からの継続面接9件、延べの面接回数は127回となっている（表1）。

表1 年度別の学生相談室利用件数

	2006年度	2007年度	2008年度	2009年度	2010年度	2011年度	2012年度	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度
新規受付件数	3	16	14	10	18	16	6	9	27	18	15
前年度からの継続件数		1	7	3	5	10	11	2	4	11	9
延べ面接回数	26	118	206	220	308	421	127	90	151	164	127

### 2. 相談内容

2016年度に取り扱った新規および継続の面接を、相談内容別に分類すると次のようになった。

心身の不調：4件

無気力：4件

自己理解：3件

対人関係：1件

アルバイトでのトラブル：1件

経済的問題：1件

付き添い：1件

### 3. 来談経路

2016年度の新規申し込み者が学生相談室に来談した理由を分類すると、相談員の担当する授業を受けたことによる来談が6件、相談員との接点がない自主的な来談が5件、教職員の勧めが3件であった。

### 4. 代表的な事例

代表的な事例をプライバシーに配慮しながら紹介する。具体的には、「ストレスなどの心身の不調を伴う事例」、「無気力学生の事例」、「アルバイトでのトラブル事例」、「自己理解に関する事例」に関する計4事例である。

### 事例1：ストレスによる心身の不調を伴う事例

数年前に、同級生との人間関係のストレスから体調を壊し、担任教員と共に来談し、継続的なカウンセリングの結果、問題が解決したため面接が終結していた学生であったが、卒業試験が不合格となり、不安感から再び相談室を自ら来談した。

優秀な学生であったが、1月下旬に行われた卒業試験に合格することができず、一層、不安感を高めていた。また、学科の教員から卒業試験を落ちたことを心配され、「大丈夫？何かあったの？」と声をかけられる事や同級生や学科の教員から卒業試験や国家試験など“〇〇さんなら絶対受かる”と思われている事がプレッシャーとなりストレスであると語っていた。国家試験も近いこともあり、「再卒業試験に受からなかったらどうしよう？」「国家試験に合格しなかったらどうしよう？」という予期不安が強まり、不眠症状（入眠困難、早期覚醒）、吐き気などの身体症状や勉強していても頭に内容が入ってこないなどの訴えがあったため、予期不安の軽減及び自己コントロール力を培うため、認知行動療法及び寝る前の過緊張状態を緩和するための自律訓練法を相談室で継続的に実施した。その後、不安の軽減と共に再卒業試験に合格したこともあり自信を取り戻し、不眠や吐き気などの頻度は減少していった。

国家試験直前は胃痛や吐き気を訴えていたが、国家試験に合格することができた。また、国家試験後に上記の不眠や胃痛・吐き気などの身体症状は消退した。本人の今までの努力を労い、無事に卒業も決まり面接終了となった。

### 事例2：無気力（スチューデントアパシー）学生の事例

アドバイザー教員と共に、「大学の勉強にやる気が出ない」という主訴で来談した。大学へは遅刻はしないものの、朝起きるのが辛く、帰宅後もすぐに寝てしまうと語った。一方、趣味やアルバイトは気力も湧いてくるとのことであった。学業成績は下位であった。

本人の生活習慣や時間の使い方を伺っていくと、本人のエネルギー量及び時間量に対して、週3回のアルバイト、趣味などの遊びと大学の授業・勉強が両立できておらず、時間が足りず過労状態となり疲弊していることが明らかになった。

単位取得・進級を達成するために、エネルギーの使い方及び時間配分の仕方を理解してもらうために、「週間活動記録表」「To DO List」を用いて、1日の気分・気力の変化を記録することで自己理解を促した。また、やらなければいけない事を具体的に細分化し、達成できるようにサポートしていった。

結果、アルバイトが大学の勉強に支障をきたしている要因であることが明らかになった。そのため、アルバイトの回数や労働時間を減らすことで、大学の勉強が無理なく継続できよう生活習慣環境を調整していった。

### 事例3：アルバイト（ブラックアルバイト）でのトラブル事例

学生が自主的に来談した。「4月から週3回アルバイトを始めたが、アルバイト先の店長から“仕事が遅い”とたびたび怒鳴られ、アルバイトが終わっても緊張感や恐怖感が取れず、アルバイトの日が近づくと不安感が強くなる」と語った。

アルバイトを辞めたいが、始めて1ヶ月で辞めてしまうことに自分の中で負けてしまう気がするので辞めることに迷っていると語った。

相談員は、このまま現在のアルバイトを続けた場合のメリットとデメリットを学生に質問し、考えて

もらう事で、本人のアルバイトの目的や客観的な視点を持つことができるよう援助していった。1週間後、来談した折には辞める決意を固め、他のアルバイト先を探すこととなった。本人は、店長がアルバイトを辞めさせてくれないかもしれないと恐れていたが、店長と話し合った結果、スムーズにアルバイトを辞めることができた。それと同時に不安感・恐怖感が消退し、面接も集結となった。

#### 事例4：自己理解に関する事例

自己理解に関する事例では、一人で来談することは少なく、友人らと二人以上の人数で学生相談室に来談することが多かった。来談した学生全員がA相談員、C相談員の心理学系授業受講者であった。また、昼休みや授業の空き時間に来談することが多かった。

初回来談では「自分の性格を知るために心理テストを受けたい」と語る学生が多く、学生相談室に常備している文章完成法テスト（SCT）、YG性格検査、PFスタディ、エゴグラム、バウムテスト、MMPI、CMI、MAS、SCI、ロールシャッハテストなど多種多様な心理テストの中から、学生に合わせて実施し、相談員が心理テストの結果を学生にフィードバックすることで自己理解が進み、恋愛相談や自身の性格の悩みを語る事が多く、継続ケースに至る事例もあった。

### IV 考察

#### 1. 利用件数について

また、延べ面接回数を分析すると、事例1、2のような心身症や無気力の学生は相談期間が長く、支援が長期に及ぶため、延べ面接回数が増えるのに対して、事例3、4のようなアルバイトのトラブルや自己理解に関する相談は数回の面接で終結するという対照的な結果であった。

#### 2. 来談経路について

今年度は、相談員が担当する授業を受けての来談するケースが最も多かった。A相談員とC相談員には担当する授業があり、吉武<sup>1)</sup>が指摘するように、授業が学生との貴重な接点となっていると言える。

次いで、学生による自主的な来談が多かった。これは、学生相談室があることを日頃から知っていれば、必要な時に自分から相談に訪れることを意味している。そして、教職員からの勧めによる来談もあった。こうした来談経路は、小学校・中学校・高等学校のスクールカウンセラーとの相談では珍しくないが、一般的に教職員とのかかわりが希薄になる大学では珍しいものである。在籍学生数がコンパクトで、教職員と学生との距離が近い本学の特徴が生かされた一例であると考えられる。

教職員から勧められて来談に至った事例は、来談した学生の了解を得て当該教職員に状況を報告している。この取り組みをコンサルテーションという。コンサルテーションは、教職員が当該学生へのより良い対応のヒントを得られることや、学生の環境を調整することを目指して行われる。これも小学校・中学校・高等学校のスクールカウンセラーでは頻繁に行われる技法であるが、本学では第三筆者が着任した翌年より統計を取り始め、毎年度一定数の利用がなされている。

#### 3. 相談内容について

2016年度に来談した学生は、心身に不調を伴う事例(心身症)と無気力、自己理解に関するものが多かった。ストレスによる心身の不調(心身症)を伴う学生においては、概して学業成績が優秀で真面目な学生が多

く、責任感も強い。また、教員や同級生、家族からの「評価」を強く気にする傾向があるため、他者からの「否定的評価」を恐れるがあまり、プレッシャーとなり、ストレスを抱え身体化（不眠、頭痛、吐き気、目眩、下痢など）するケースが多い。

カウンセリングを通じて、ストレスをマネジメントすることで継続して大学で勉強を続けていくケースが大半である。

無気力学生の特徴として、2つのタイプがある。進学校出身で高等学校の同級生と比較し、大学の同級生や雰囲気にならず（「授業中に私語が多くてうるさい」「同級生の話しが幼稚すぎる」など）、大学に所属感や帰属意識を持つことができないため、大学生活に絶望し、無気力となるタイプである。概して、1年生に多い。

一方、低学力高等学校出身で、元来学力が低く、大学の授業を理解することが困難なため、継続して勉強を続けることが難しくなり、恋愛や趣味、アルバイトなどにのめり込み、大学から離れていくタイプである。このようなタイプは大学の勉強についてのみ無気力になるが、恋愛・趣味、アルバイトには精力的に活動する選択型無気力タイプが多い。また、このタイプの学生は自分の時間をマネジメントすることが困難なため、学生相談の相談予約を忘れてたり、遅刻したりすることが多々あることが特徴である。

前者は、カウンセリングを通じて大学生活での目的や意味付けを本人が再構成することで、継続して大学で勉強を続けていくパターンが多いが、後者については中々改善が難しく、留年や退学に至るケースが多い。

自己理解に関する相談で来談する学生の特徴は、相談員の心理学系授業を受講をきっかけに学生相談室を訪れていた。好奇心旺盛でコミュニケーションスキルが高く、自分自身の心の内面に積極的に向き合おうとする姿勢が共通する特徴であった。

## V おわりに

対応した事例に関しては、それなりの成果を得ていると考える。しかし、一般的に、学生相談室は、日常的な問題から離れた難しい問題への対応を行うために、相談に来た学生等の安心・安全・安定を確保できる体制を目指して、学内にプライバシーが保護される専用の相談スペースを用意して、そこで来談を待つという方法が採られている。このような対応が、普段学生や教職員の目に触れないということを引き起こし、多くの大学と同様に<sup>2)</sup>、学生相談員が非常勤や兼任であるという事情と併せて、学生相談室および学生相談員の存在感を希薄にしているのではないかという懸念もある。

今後は、授業以外の接点を作るために、学生相談室および学生相談員からの発信を増やしていく必要性もあると考える。

## 文献

- 1) 吉武清實（2010）学生に向けた活動1－授業への取り組み－，日本学生相談学会50周年記念誌編集委員会編，学生相談ハンドブック，学苑社，東京．168-184.
- 2) 鳥山平三（2006）キャンパスのカウンセリング－相談事例から見た現代の青年期心性と壮年期心性－，風間書房，東京．4.