

2019年度の学生相談室利用状況

橋本 和幸¹⁾

了徳寺大学・メンタルサポートセンター¹⁾

要旨

本稿は、2019年度1年間の学生相談室の利用状況を報告するものである。相談内容は、「心身の不調」と「同級生との関係」に関するものが多かった。来談経路は、学生自身が自主的に相談員を訪れることと、教職員からの紹介に二分された。今後の学生相談には、チーム対応を導入することを検討する必要があると考えられた。

キーワード：学生相談、相談内容、チームとしての対応

The 2019 report for the utilization of the students counselling services

Kazuyuki Hashimoto¹⁾

Mental support Center, Ryotokuji University¹⁾

Abstract

The purpose of this study was to report how the services were utilized during 2019. The most common contents of the consultation were moratorium and romantic love. There were many students sought out the consultations on their own. On the other hand, many students came to see the counsellors because they were introduced the availability of the services.

Keywords: the student counseling, the consultation contents, Correspondence as a team

I はじめに

本稿は、了徳寺大学（以下、本学）に設置された相談機関である学生相談室における2019年度の利用状況について報告するものである。本学の学生相談室は、学生生活適応全般の諸問題について、当事者である学生の相談に応じ、教職員に学生への指導や対応の方法を助言する役割を担っている。利用の申し込みは、学生が直接学生相談室を訪れる、学生相談室のメールに連絡をする、学生と話をした教職員が学生相談室に連絡をするなどの方法で行うことができる。その旨は、学年当初のオリエンテーションなどで学科や事務局から周知される。

2019年度には開学以来の学生相談室の体制に大きな変化があった。具体的には、相談室スタッフは教養教育センター・教養部の教員1名の併任と非常勤相談員で構成されていたが、2018年度末をもって非常勤相談員がいなくなった。

このため、2019年度からは教員との併任の相談員1名で相談を受け付ける体制になった。相談員は臨床心理士・公認心理師の資格を持つ教員で、心理学に関する授業を全学科で担当している。相談の受付日時は、この教員が大学に勤務する曜日の中で授業や会議がない時間から選ばれることとなった。

本稿は、上記のような体制になった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。

II 2019年度の利用状況

1. 利用件数

2019年度の学生相談室利用件数は、新規の申し込み8件、前年度からの継続面接1件、延べの面接回数は116回であった。前年度の2018年度は、新規の申し込み23件、前年度からの継続面接3件、延べの面接回数は96回であったため、新規申し込みと継続面接は減少し、延べの面接回数は増加した（表1参照）。

表1 開学以来の相談室利用件数

年度	2006年度	2007年度	2008年度	2009年度	2010年度	2011年度	2012年度
新規受付件数	3	16	14	10	18	16	6
前年度からの継続件数		1	7	3	5	10	11
延べ面接回数	26	118	206	220	308	421	127
教職員とのコンサルテーション					10	32	25
年度	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度
新規受付件数	9	27	18	15	29	23	8
前年度からの継続件数	2	4	11	9	5	3	1
延べ面接回数	90	151	164	127	93	96	116
教職員とのコンサルテーション	27	27	19	17	6	11	20

2. 来談経路

2019年度の新規申し込み者が来談したきっかけは、①自主来談3件、②教員からの紹介3件、③保健管理センターからの紹介2件と分類できた。

3. 相談内容と面接の実際

2019年度に取り扱った新規面接および継続面接を相談内容別に分類すると、①「心身の不調」4件、②「同級生の関係」3件、③「対人関係」1件、④「オーバーワーク」1件であった。各カテゴリの具体的な相談内容は、次の通りであった。

(1) 心身の不調

このカテゴリの相談は、不眠、過敏性腸症候群、あがり症などを主訴とするものであった。来談学生は、すでに外部の医療機関や保健管理センターなど医療・保健領域の相談機関を受診・来談していたが、状況が改善しなかったために、自主的あるいは紹介により学生相談室を訪れた。

対応は、来談学生の話を丁寧に聴いて、身体症状が出る場面や内容を明確化した¹⁾。そのうえで、同様の場面でも症状が発生しない例外を探して²⁾、症状を自力で回避できるリソースを探したり、不安が起きた時に心身の緊張を解いて症状発生を回避するリラクゼーション法を教示したりした。

なお、医療機関から薬物が処方されているケースでは、来談学生が今後は学生相談だけで良いと誤解して急に通院や服薬を止めることを防ぐためと、医療機関側にも当該学生が受けている支援を把握しておいてもらうために、主治医の指示に従うことと学生相談室を利用することを相談するように求めた。

(2) 同級生との関係

先行研究³⁾でも紹介した通り、本学には、学科の同学年と同じ授業を受講したり、授業内で演習や実技があったりするなど、高等学校以前のように密接な人間関係が存在する特徴がある。このため、同級生と

の距離の取り方、グループの中に入れない、自分の気持ちを同級生に上手く伝えられないなどを主訴に來談するケースが見られた。

対人関係に関する相談は、同級生を含めて他者との関係の取り方が難しいことが主訴であった。

(3) オーバーワーク

漠然とした不安を訴えて來談した事例であった。話を聴くと、大学での授業前にアルバイトをしてから大学に来て、放課後には学外実習に出かけていた。そして、帰宅後に大学の授業の予習復習をしていた。つまり、熱心に取り組んでいる学生であるが、本人が処理しきれない作業量を超えてしまったオーバーワーク状態であり、それに伴う燃え尽き症候群が懸念される事態であった。

面接では、認知行動療法の行動活性化技法⁹を用いた。具体的には、本人に月曜日から日曜日までの起床から就寝までの過ごし方を1時間刻みで書きだしてもらい、その出来事の楽しさを点数化してもらった。それを見た気づきを話し合い、スケジュールに優先順位をつける取り組みをしてもらった。

Ⅲ 考察

1. 利用件数について

2019年度の新規受付件数は8件で、学生相談室開室以来3番目に少なかった。これは非常勤相談員がいなくなったことで、相談希望に対応できる日時が減ったことが原因ではないかと考えられる。なお、相談希望の把握は、「はじめに」で述べた通り、学生の直接申し込み、学生相談室のメールへの連絡、教職員からの紹介によって行った。相談日時の設定は相談員が空いている曜日と時間帯を伝え、その中から学生に選んでももらった。

一方で、延べ面接回数は前年度より増加した。これは、対応が難しく長期化する事例が多かったためと考えられる。

2. 来談経路について

新規申し込み者が來談したきっかけは、自主來談よりも教職員の紹介が多かった。これは、学科の教員が学生の様子をよく観ていて、必要に応じて学生相談室にリファーすることをためらわないことによるものと考えられる。学科では、アドバイザー教員が欠席回数の多い学生（本学は授業担当者から報告される）などに面談を行う。保健管理センターからは、体調不良などを訴えて來室した学生に面談を行う。こうしたケースの中で気になる学生がいた場合に、教職員は学生相談室にリファーする。

紹介のためには、教職員が学生相談室の様子を知り、相談員との間に信頼関係が有ることが重要であると考えられる。

3. 相談内容について

「心身の不調」は、來談した学生たちは、通学時、授業中、アルバイトなどの日常生活で不安を感じる。と身体症状が現れたり、生活場面での不安を予期して眠れなくなったりしていた。こうしたケースには、身体症状に対する薬物療法などの医療ケアと、不安を感じる状況の認知やそれに伴う感情をケアする心理療法などの心理的ケアが有効であると考えられる。学生相談は後者を扱うため、必要に応じて前者の医療ケアを行うことができる学内外の機関との連携が必要になるものと考えられる。

「同級生との関係」と「対人関係」のような他者との親密な関わりは、青年期においてアイデンティティ形成に影響する要因の一つである⁵⁾。しかし、直接学業に関係ないことなので、高等学校以前に比べて関わりが薄い大学教員には相談しづらいテーマである。このため、「相談に乗ること」が仕事であると明記されている学生相談員の存在が、大学内で「受け止めてもらえる」という安心感につながる可能性が考えられる。

「オーバーワーク」は、大学生生活を頑張っている結果起きた問題である。教員に相談した場合でも、適宜休みを取るように助言されるものと考えられる。しかし、学業に関わる場合は、成績評価につながることを心配して話しづらいテーマである。この時に、大学生生活の事情も分かっているうえでより中立的に接してくれる学生相談員は、学生にとって自分の悩みを理解して「受け止めて」もらえる可能性が高い貴重な存在と認識されているのではないかと考える。

IV おわりに

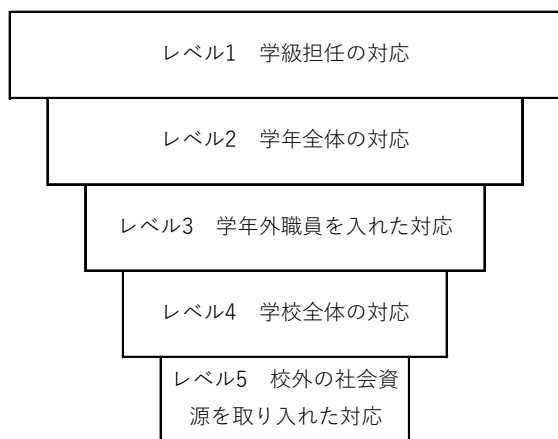
2019年度から、学生相談員が教員と併任の相談員1名になった。このことは、学生相談室の利用状況に、次の2点の課題を生んだ。

1つ目の課題は、学生が授業を通して学生相談員を知る機会が持てるという長所⁶⁾と、学生が学生相談員の「中立性」に疑問を感じかねないという短所が考えられる。実際に、2018年度に非常勤相談員が担当していた事例で2019年度に併任の相談員に引き継がれたものは1件のみであった。併任の相談員が引き継ぐことを提案した際に、来談学生の中には「授業担当者（成績をつける人）には相談できない」として、相談を終結にした者もいた。

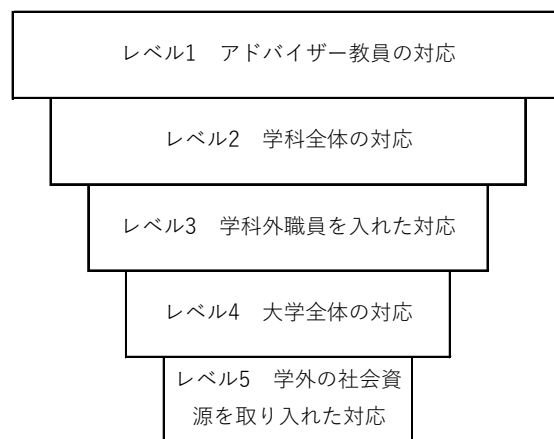
2つ目の課題は、併任の相談員は授業や会議の時間には、相談を受け付けることができないため、学生の来談希望に応えられる日時が減少したことが挙げられる。併任の相談員の担当授業数は、2019年度には前年度より2科目増えて、2020年度にはさらに1科目増えている。限られた時間を有効活用するために、保健管理センターなどと連携して受け付ける相談を厳選する必要があるかもしれない。

上記2点の課題に対応する方法として、公立学校の教育相談で用いられている「チームとしての対応」を学生相談に応用することが考えられる。相談のチーム対応とは、公立学校の教育相談において、まずは学級担任が対応し（レベル1）、問題の困難度に応じて、学年全体での対応（レベル2）、管理職、教育相談担当、養護教諭などの学年外職員を入れた対応（レベル3）、学校全体での対応（レベル4）、学校外の社会資源を取り入れた対応（レベル5）と、教員個人だけでなく複数の教職員で相談を行う体制を作っていくことである。

本学の学生相談もこれに準じて、学生の相談にまずアドバイザー教員が対応して（レベル1）、次に学科全体での対応（レベル2）、学生相談室、保健管理センター、学校医の対応（レベル3）、大学全体での対応（レベル4）という相談体制を整える（図1参照）。つまり、学生相談室で引き受ける相談をレベル3以上の困難事例を中心とすることで、対応する相談を絞り込み、相談枠を確保することを試みる方向である。



公立学校の教育相談体制例



大学の学生相談体制案

図1 公立学校の教育相談体制を参考にした学生相談体制案

その代わりに、アドバイザー教員や学科が対応する際に、要望があれば心理学的知見を助言するコンサルテーションを行うようにする。つまり、今後の学生相談室を1名の相談員で効率的に運営するためには、学生との直接面接よりも教職員へのコンサルテーションなどの間接的支援に注力したほうが良いのではないかと考える。

文献

- 1) 橋本和幸 (2020a) 相談・指導のための面接技法, ムイスリ出版, 東京.
- 2) 黒沢幸子 (2002) 指導援助に役立つスクールカウンセリング・ワークブック, 金子書房, 東京.
- 3) 橋本和幸 (2020b) 2018年度の学生相談利用状況. 了徳寺大学研究紀要. 14, 17-21.
- 4) 毛利伊吹 (2015) 認知理論パラダイム／認知行動療法 丹野義彦・石垣琢磨・毛利伊吹・佐々木淳・杉山明子 臨床心理学, 有斐閣, 東京. 255-284.
- 5) Erikson, E. H. (1950) Childhood and society. New York: W. W. Norton & Company. (仁科弥生訳 (1977) 幼児期と社会 1, みすず書房, 東京).
- 6) 橋本和幸, 小室安宏 (2016) 新入生の学生相談の認知度と学生相談員が授業を担当することとの関連. 了徳寺大学研究紀要. 10, 23-29.
- 7) 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.

2020年11月30日 受理
了徳寺大学研究紀要 第15号

