

不適応学生の集合研修と学生相談室のアウトリーチプログラム

A study of group counseling for maladjustment students and outreach activity
of student counseling room

共同研究メンバー

○大森拓哉*、清松敏雄*、趙佑鎮*、石川晴子*、飯田健雄*、椎木哲太郎*、押上章悟**、
武井徹**、吉田ひろみ**、福井佑典** (○代表、執筆者)

1. 本研究の目的

本研究の内容は大きくわけて二つある。第一は、不適応学生に対する集合研修である。学業不振、意欲喪失、将来展望の不明な者など、大学生活に不適応であり、退学予備軍とも思われる学生に対し、外部講師を招いて集合研修を行い、生きること・大学で学ぶことの意義を考えることである。第二は、様々な諸問題を抱える学生に対し、学生相談室が積極的に外部に出て関与する“アウトリーチ”プログラムを行うことである。具体的には、通常、来談者に対し学生相談室内にて行われている各種心理性格適性検査などを“講習会”という形で開催することや、学内に居場所のない学生、学生生活になじめていない学生へ一教室を“学生サロン”として開放し、居場所づくりや援助などを行うことである。本報告では、学生相談室の概要とこれら二つの取り組みについて解説する。

2. 多摩大学経営情報学部における学生相談室の活動概要

本学における学生相談は、授業や窓口などでの日常的な学生対応の中で行われる相談や、キャリア支援における個別相談、学生相談室における心理・学生生活相談等があり、それぞれが有機的な結びつきにより大学全体として学生個人を支援する体制が整えられている。

以下に経営情報学部学生相談室の最近数年間の利用状況と相談内容の内訳を示す。カウンセラー2名が週1日ずつ滞在し、週に2日開室されている。

表 1. 相談件数 (件)

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計 |
|----------|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|----|
| 平成 24 年度 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 0 | 4 | 5 | 0 | 0 | 2 | 28 |
| 平成 25 年度 | 4 | 9 | 5 | 4 | 2 | 0 | 2 | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 35 |
| 平成 26 年度 | 7 | 3 | 5 | 3 | 1 | 0 | 2 | 2 | 4 | 0 | 2 | 1 | 30 |

* 多摩大学経営情報学部

** 多摩大学経営情報学部 学生課

表 2. 相談回数 (回)

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計 |
|----------|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|----|
| 平成 24 年度 | 2 | 4 | 3 | 5 | 5 | 5 | 9 | 17 | 10 | 12 | 2 | 3 | 77 |
| 平成 25 年度 | 4 | 12 | 8 | 18 | 9 | 1 | 3 | 15 | 8 | 1 | 6 | 1 | 86 |
| 平成 26 年度 | 11 | 9 | 12 | 10 | 3 | 0 | 8 | 10 | 10 | 5 | 7 | 9 | 94 |

また、相談の内容は多岐にわたるが、心身健康問題（精神的な問題を含む）、学生生活上の問題の割合が多い。また、保護者や教職員からの相談も受けており、必要に応じてコンサルテーションも行っている。

これらの通常の相談室における個別相談の他、下記 4. に記すようなアウトリーチプログラムを展開している。

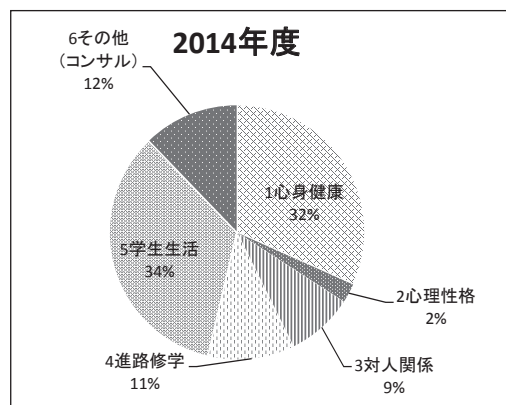


図 1. 相談内容分類

3. 集合研修

自分自身の見つめなおし、自己研鑽、自己発見等々を目的とし、行徳哲男氏を講師として招き、半日の集合研修を行った。

日時 平成 26 年 11 月 29 日 (土) 13 時～18 時
 場所 窓のない、半暗室化できる静寂な学内教室
 参加者 学生 10 名、教職員 3 名

参加者は、講義時間内での告知、学生課窓口での告知、教職員からの呼びかけ等で 1 年生から 4 年生まで十数名の申込みがあり、早々に想定定員を上回った。内容は、①瞑想の時間、②自分自身の振り返り、③感情表出、④各界著名人の人生紹介等々多岐にわたり、おそらく参加者全員がこのようなセミナーは初体験であった。セミナーの前後で参加者の表情は明らかに違い、各々が衝撃的な経験をしたことと思われる。セミナー後、講師を囲んでの懇談会が行われ、和やかな雰囲気での質疑応答が行われた。また、講師から参加者全員へ自筆の書の贈呈が行われ、大学へは参考図書の寄贈も行われた。

参加者は、当初想定していた「不適応学生」とは若干異なり、むしろ積極的に希望して参加した学生が大半を占め、教職員から強く参加を促した学生は数名であった。開催規模の関係で少人数でのセミナーとなり、通常 2 泊 3 日で行われる内容の一部を凝縮して半日で行ったが、参加者にとっては大変衝撃的で内容の濃い体験であったと思われる。以下に参加者へのアンケートから、参加のきっかけ・理由、参加しての感想を記す（抜粋）。

【参加の理由・きっかけ】

- ・講師の行徳先生の講義を受け、大変興味を持った。今年は少人数で行うと聞き、是非！という思いで参加した。(3 年)
- ・自分の成長が止まっていたことから、変えられるチャンスがあると思った。(3 年)
- ・このセミナーで自分が成長できるかと思ったから。(1 年)
- ・友人と学生課の方から誘われた。不安と劣等感を持ったまま就職したくなかった。(4 年)

- ・ 行徳先生の講義を受けたことがあり、先生の行うセミナーがどのようなものか興味があったため。(3年)
- ・ 先生に自分にとってためになると親身になって進めてくださったので参加しました。(4年)
- ・ ゼミの先生に紹介され、就職して社会人になるための準備と思って。(4年)
- ・ ゼミの先輩に誘われたため。(2年)
- ・ 必ず何か学べる位から、自己成長のため、自分の目標や夢を再確認するため。(1年)

[感想]

- ・ 無になるという行為が、非常に難しかった。おそらく今回は無になれなかったと思う。自分の気持ちをさらけ出すことですっきりとした気分になることができた。(3年)
- ・ 自分の変えたかった部分を最終的に変えられたか微妙でしたが、瞑想を行い集中力を高めたり自分を暴き出したりするという点は、すごく身になりました。特に、久しぶりに涙を流したのは、つらかったけれどもすっきりしました。(3年)
- ・ 精神的に成長したと思います。最初は緊張と不安で頭が真っ白でした。ですが、叫ぶうちに不思議と気持ちが楽になりました。また今の時代は若者が作る、失敗を恐れず、堂々と胸を張れ、と言われた言葉が一番印象に残りました。これからは、いろいろなことにチャレンジしていきたいと思います。(1年)
- ・ 今まで「物事は理論的に、理性的に」が一番よいときいてきましたが、必ずしもそれがよいわけではないのだなと考えさせられました。「間違っても失敗してもいい、どう突き抜けるかが大切」という言葉は、おそらく一生私の指針となると思います。(4年)
- ・ 参加して本当に良かった。もっともっと密に行い、自分と向き合えればと思うほどだった。ぜひ1泊2日で行ってほしい。(3年)
- ・ 最初はいろいろびっくりしましたが、こういった(瞑想などの)時間は大事だと思いました。また、大切なものを気づかされるきっかけにもなったと思いました。最後、先生と食事を取れてとてもよかったです。食事のとき、ためになる話など聞いて楽しかったです。(1年)
- ・ 数時間では先生の言葉が十分伝わらなかった部分があったと思います。多摩大生にはこういったセミナーが必要だと思いました。
- ・ セミナーの内容を知らなかったもので、どういったことをするのか想像が出来ず不安でしたが、実際はじまると行徳先生のお言葉に完全に集中してしまい、あっという間に終わってしまったという感覚でした。一つ一つ、頭ではなく心に響く感覚で、自分の本能と向きあうような感じでした。(4年)
- ・ 最初すごい怖い人だなと思っていたら、予想以上にきつくて怖かったです。最初は先生に言われてなんとなく参加したのでやる気があまりなかったのですが、後半になるにつれて自分もしっかりしなくてはならないと意識できるようになりました。
- ・ 何十回も叫ばされたり、杖で気合を入れたりされましたが、すごくやる気が出てきたので参加してよかったです。(1年)
- ・ 最初に行った瞑想は新鮮な気持ちでできたように思います。その後の母親の話をしたことは自分の思いを振り返ることができ、非常に良かったものと思います。先生のお話は以前と変わらず楽しかったです。山籠もりのセミナーの企画があればよいと思います。(3年)
- ・ 自分の素直な気持ちを相手にぶつけることが苦手で、いうべきか非常に迷ったけれど、勇気

を出していったことですっきりとした気持ちになりました。挑戦することや家族とのことについてもう一度考えて、同じように勇気を出して行動できるようにしたいと思います。心身ともに疲労しましたが、すっきりとした気持ちになりました。(4年)

- ・ 周りはどう思っているかということのを先に考えてしまい自分はどう思っているのかということを考えていたということに気づかされました。また、明治維新など世の中を変えてきたのは若者であり、たくさんの短所を持った若者になりなさいという言葉聞いた時に、若者らしく若者であることに誇りをもとうと感じました。普段の学校生活では味わえない貴重な体験をすることが出来ました。(4年)
- ・ 自分は夢に向かって頑張って、自分の弱み、不安、恐怖から忘れました。逃げていました。改めて必要なこと、やるべきことの再確認はできましたが、これは逃げたわけではなく、打ち消すため、これから行動していく予定です。自分には明るさ、素直さが必要だということに気が付きました。時間がもっとほしかったです。また次回も受けたいと思います。まだまだ自分に足りないものがあるはず。もっと知りたい。(1年)
- ・ 最近プライベートやゼミ、学校のことでも考え込んでいました。ですが、今回本当に心から参加してよかったと思っています。自分が無いということで悩んでいたところも「感性」という言葉で少し考え方も変わった気がしました。本当に良い体験でした。次回も参加できたら参加したいです。(2年)

4. アウトリーチプログラム（出張学生相談）

個別の学生相談は相談室などのプライベートな空間で行われることが主であるが、学生生活を送る上で発生する問題は限られた一部の学生に於いてだけではない。問題やトラブルは誰にでも起こりうるものであり、自己成長やスムーズな適応を図るためのプログラムを提供することも学生相談の役割である。そこで本企画では、学生相談室に来談する学生だけでなく、学生相談室の外に活動の場を広げ、広く学生に働きかけるプログラムを展開した。

平成26年度に実施した内容は、心理性格テスト体験分析会（TEG、東大式エゴグラム）、学生サロン（展開（オープン）型学生相談）、職業適性検査体験分析会（VPI）である。実施回数は全10回、述べ参加人数は22名であった。実施は学生相談室カウンセラーが行い、昼休みに一般教室を使用して開かれた。心理テストや適性テストなどは個別のフィードバックを行い、参加者が自分自身を再発見する一助になったと考えられる。

5. まとめ

本報告における企画は、今回初めて実施したものや、実施してまだ間もないものであり、その効果についてはまだ明らかになっていない。しかしこれらの新しい試みの有用性は大いに期待することができ、学生生活の質の向上に向けて今後の展開により一層力を入れていくことが重要である。