

短期大学における学生の心理的支援についての検討

—学生相談室としての役割—

伊 東 里 容

A study on psychological supports for students at a junior college

— The role of Student Counseling Room —

ITO Riyo

キーワード：学生相談、学生支援、コミュニティ
アセスメント

るのかを検討し、ここに報告する。

I. はじめに

学生生活は、人間関係や自己についての検討に加え、就職や資格取得などの重要な課題に取り組む中で、様々な危機に直面する機会が多い。また、中高生時代の心理的課題をそのまま持ち越している場合も多い。そのような怒涛の日々の中で、一度立ち止まってゆっくりと自分の気持ちについて検討することができる場のひとつが学生相談室である。

鶴田（2012）は、大学生の学年ごとの心理的課題を明らかにし、学年が上がるにつれてそれらが変化することに注目して、大学生を理解する視点として“学生生活サイクルの視点”を提唱している。短期大学の学生においても当てはまる部分は多くあるが、筆者の勤務するA短期大学では、実習を中心に資格取得のためのカリキュラムがとられていることなど先行知見との違いも存在する。そのため、筆者はA短期大学においてコミュニティアセスメントを行い、A短期大学の学生がどのような学生生活サイクルを持っており、どのような危機に直面し、心理的課題を抱えるのか検討を行った。4年制大学との違いを踏まえ、本年度より新たに着任した相談員が、短期大学の学生相談室においてどのように学生を支援することができ

II. 学生相談室の運営概要

【開室曜日】

原則として週に1回（前期は火曜日、後期は木曜日）である。後期はより学生が利用しやすくなるよう、学生の時間割に空き時間のある曜日を開室日とした。

【開室時間】

原則としてお昼休みから放課後の時間帯に開室している。授業を欠席しないで相談が受けられるよう、お昼休みに昼食をとりながらの相談や授業後に予約を希望するケースが多い。

【相談環境】

学生相談室は授業を行う校舎と事務室が入る棟とを結ぶ廊下に面したところにある。休み時間や下校時は人通りも多く、学生生活の様子がよくわかる。一方で、授業中や放課後は人通りが少ないため、落ち着いて話をするのできる環境である。相談室内には3人掛けのソファが対面で置かれ、そこに腰掛けながらゆったりとした気持ちで話することができる。また、壁面には「今日の気分は？」という表情ポスターが貼られている。イラストを見て楽しむだけでなく、このポスターの表情について話をするので、現在の自分につ

いての自己モニタリングを促し、自分の状況を他者へ伝えるツールともなっている。

【予約方法】

原則として予約相談を行っており、授業や学内で相談員に会った際に予約を受け付けている。相談員が不在の曜日には、学生相談室前のボックスに、面接申込書を記入し、投函してもらい、相談室からメール等で返事をして予約を行うこともできる。

【守秘義務】

相談員には守秘義務があり、原則として、来室したことや相談内容を本人の許可なく他言することは禁じられている。

Ⅲ. 利用状況

個別相談では、学外における実習への不安からの相談が多くあり、実習先での立ち振る舞いについてのコンサルテーション、実習に対する不安な気持ちの受け止め、実習を終えての気持ちの整理を一緒にすることもある。また青年期特有の子どもでも大人でもない自分というものの在り方について不安を感じ、自己検討する学生もいる。

休み時間や放課後には3～4名の学生グループが立ち寄って相談員を交えておしゃべりをしていたり、ソファに腰かけてゆっくり過ごしたりするなど、コミュニケーションの場や落ち着ける休憩スペースとしての利用も増えている。

この他にも、学内巡回を実施し、学生生活の中での学生の姿に触れる機会を作っている。図書館や廊下、ラウンジなどで相談員と顔を合わせた際に就職活動やアルバイト、友人関係などの近況について話をすることも多い。

Ⅳ. 学生相談室としての広報活動

今年度は、新任相談員として、学生相談室専任相談員の存在と利用方法を知ってもらうため、広

報活動に注力している。まず、4月の着任当初は、全学生が履修している授業の時間に伺い、各クラスにて5分程度の自己紹介をさせていただいた。学生相談専任の心理士が着任したことや、開室日時、守秘義務についての説明を行った。

次に、学生相談室の案内を作成し、全学生・全教職員に配布を行った。この案内にも、開室日時や守秘義務、相談員について記載した。さらに、学生相談室を利用する際のイメージをもってもらうため、具体的にどのような話ができるかを明記した。

さらに相談室の入口扉にも学生相談室の開室曜日や時間などがわかるよう表示を行った。実習期間などにより開室日時が変動的になることもあるため、当月のいつが開室する日なのかもわかるようにしてある。

Ⅴ. 学生相談室の心理教育的活動

現在、月に1度の頻度で「学生相談室だより」を発行している。発行の主な目的は、学生相談室の存在周知と、学生の心理教育である。実習や定期試験などの時期に合わせ、話題を提供している。これまでは、心理的負荷により身体的不調が起ることや、疲労度の自己モニタリングの仕方、他者へ話をする効果などを取り上げている。

相談員が発行したものを学生課の職員の方が印刷し、学生課の掲示板に掲示をしてくださる。さらに、希望者は持ち帰ることができるよう、掲示の下には印刷したものを複数部用意して下さっている。

Ⅵ. 学内での連携

学生生活支援の一翼を担う学生課の職員の方々とは、窓口対応などで気になった学生について等の情報交換をすることもある。また、心理的な対応が必要な学生の日常生活上の支援について職員へコンサルテーションを実施したこともあった。

この他、必要に応じて教職員とも連携をとり、

相談室利用を進める事例もあった。

Ⅶ. 考察

1. A短期大学での学生相談室活動

短期大学では4年制大学に比べ学生の在籍期間が2年間で短く、継続的に相談できる期間も短い。また、A短期大学は資格取得のための保育園や幼稚園、施設などでの実習が多く、学生が学校へ来ない日も多いため、相談が断続的になりやすい傾向がある。そのため、学生のパーソナリティの深部についての検討を長期間かけて行っていくことよりも、実習や日々の学生生活が円滑に進むための現実的な検討を行っていくことが多かった。しかし、学生の中には時間をかけたパーソナリティの検討が必要なものもあるため、卒業後も専門機関での継続的な相談を提案することもあった。つまり、A短期大学においては短期大学特有の在籍期間や実習の多さ、資格取得など大学の特徴に合わせて、学生相談室の働きを柔軟に変化させていくことが重要であったと考えられる。

また、保育園や幼稚園での実習は学生にとって資格取得を左右するものであり、進路に直結するものでもあるため、実習開始前から不安を訴えて来室する学生が多くみられた。さらに、一見すると違うことを困りごととして訴えていても、丁寧に話を聞いていくと実習への不安が背景となっている事例もあった。A短期大学の学生は、資格取得を目標に学生生活を送っている者が多く、実際の現場での実習は大きな緊張を伴う心理的負荷になると推測される。そのため、技術的な支援だけでなく、不安の受け止めや学生自身の気持ちの変化の振り返りなどの心理的な支援も効果的であったと考えられる。

さらに、実習に加え、就職活動の時期にも不安や焦りを抱いて学生相談室に来室する学生が増加する傾向が見られた。鶴田(2012)の“学生生活サイクル”においても学年ごとの心理的課題が指摘されているが、A短期大学においても実習の時期や進路決定の進捗状況など学生生活の流れを把

握しておくことが重要であることがわかった。前述したように、在籍期間などの違いにより4年制大学とは心理的課題を抱える期間やタイミングが異なるため、どのような時期に大学コミュニティの中でどのような動きが起こるのか、短期大学であるA短期大学特有のコミュニティアセスメントが重要であった。今年度は、着任初年だったため、学生相談室長や学生課の職員の方から、学生の動きや流れについて説明してもらい機会を多く設けていただいた。また、学生向けの就職説明会にも参加させてもらい、就職に向けて実習や就職活動で具体的にどのように動くのかを把握させてもらった。これらの情報により、大学コミュニティの動きを把握し、学生がどのような時期に、どのような心理的課題を抱きやすいのかというコミュニティアセスメントをすすめることができ、A短期大学特有の特徴を理解することができたと考えられる。

2. 学生にとっての学生相談室

学内巡回をしていると挨拶や声をかけてくれる学生は多く、近況を聞くと進路のことや学校生活のことを話してくれる。また、相談者がいない時間に相談室の扉を開放しておく、通りかかった学生がふらりと立ち寄り、話をしていくことも多い。このことから、学生たちは潜在的に話を聞いてほしいというニーズがあるように感じられる。他愛もないおしゃべりの中で自分の気持ちや考えに気づく学生もおり、“話をする場を提供すること”も学生相談室の大切な機能のひとつであると考えられる。

また、担任や就職の担当教員などへも相談はしているが、学生相談室も並行して利用している学生も多い。教職員からは単位や進路選択、事務手続きなどの学生生活における様々な具体的な助言や指導などの“道具的サポート”を受けていると考えられる。一方、学生相談室では、教職員から提案されたことを改めて検討したり、自分の思いを自分の言葉で述べてみたりする中で、相談員からの共感的理解や傾聴などにより気持ちの整理を

するという“情緒的サポート”の側面が大きいと考えられる。日本学生支援機構（2007）によると、カウンセラーによる「心理臨床」をベースにした働きかけ、教員による「大学教育」としての働きかけ、事務系職員による「学生生活支援」としての個別ニーズに応じた働きかけ、という三者それぞれの役割尊重と協働によって、広く学生全体を支えることが可能になるといわれている。まさに、A短期大学においても、それぞれの専門性を活かした多面的な学生支援が行われていると考えられる。

3. A短期大学における学生相談室の役割

大学にとっての学生相談室の存在意義と一口でいっても、大学にも多様なものが考えられる。その中で、A短期大学の特性に応じた学生相談、もしくは学生相談室の意義についてまとめておきたい。

まず、短期大学としての特性として、在籍期間が2年間であり、継続的に面接できる期間が短い。次に、資格取得を目指す者が多く、実習の多いカリキュラムであるため、面接が断続的になりやすい。これらの特性により、A短期大学の学生相談室での相談は単発であることが多く、時間限定心理療法やシングルセッションセラピーのような、日常生活をどのようにマネージするかコンサルテーションや未成熟な学生に対する心理教育にならざるを得ない。そのため、人格変容を目指すような深い心理療法を実施することは現実的に難しく、現実的な学生生活に根差した課題解決を優先した相談が主要となっている。

しかし、A短期大学は学生数が160人ほどの小規模校で、それぞれの学生に職員が声をかけるような家庭的な雰囲気をもっており、職員と学生の距離が近くなり、コミュニティとしての凝集性が高いことが利点である。つまり、職員が学生個人の事をよく理解していたり、親身になってくれたりするコミュニティセンスの持ち主が多いことが利点である。また、A短期大学では、臨床心理士が学長・相談室長であることにより、自己実現

の共同体が形成されていると考えられる。

これらのことから、A短期大学における学生相談室の役割としては大学コミュニティの特性に合わせた課題解決を優先した個別の相談活動と並行し、コミュニティセンスをもつ職員との協働が重要であると考えられる。A短期大学には常駐の保健室がないため、リストカットや過呼吸発作、パニック発作などの緊急事態が起こった際に職員が対応することになる。しかし、学内の教職員はこれらの心理的危機状態への対応が専門外である場合も多く、具体的な学生対応を誰に相談すればよいか迷う場合もある。このような場合にこそ、学内の常勤の職員ではない学生相談室の専任相談員が心理的な視点からその専門性において、学生の気持ちの換言や、学生対応のコンサルテーションを実施することができると考えられる。A短期大学の学生相談室は常時開室しているわけではないが、相談員不在時であっても学生相談機能が根付いていくことが望ましい。このように教職員と専門性をもつ相談員との連携・協働が広く学生を支えていくことにつながっていくと考えられる。

VIII. 今後の展望

4年制大学では先輩との交流やサークル、インターカレッジサークルなどの自治活動、アルバイトが人格形成に大きな役割を果たすと言われるが、短期大学ではその機会が限られ、また少ないため、そうした交流に近い代替物を提供していくことも学生相談室の機能として考えられる。専任相談員との1対1の面接相談だけでなく、周辺の臨床心理士指定制大学院の院生を「話し相手」として「談話室」を配置し、日常の困り感などを少しでも先輩である人におしゃべりを通して聞いてもらうという形式の相談機能を持たせることも可能であると考えられる。また、授業の空き時間にそのクラスのニーズに合わせてグループワークなどを取り入れた心理教育を行うことも可能であると考えられる。このほか、ラウンジなどで進路についての座談会や性格診断などの心理教育的関わり

を行っていくことも可能だろう。このような活動により、学生相談室に来室した学生以外にも、学生の心理的成長を促進し、学生相談室が身近な存在であると認識してもらうことが重要であると考えられる。

また、4年制大学における学生支援についての研究に比べ、短期大学における学生相談の研究はまだ少ない。特に、短期大学特有の組織風土や利点についてコミュニティ心理学的な視点から検討された研究はあまりない。今後、さらに研究・検討が行われることが望まれる。

IX. 倫理的配慮

本論文の執筆にあたり、論文執筆の目的は学生相談室での活動報告および短期大学における学生の心理的支援についての検討である旨を学生相談室室長へ伝え、論文執筆の許可をいただいた。さらに原稿完成後、内容について再度確認をいただき、倫理的な配慮を行っている。

引用・参考文献

- (1) 鶴田和美（編著） 事例から学ぶ学生相談
2012 北大路書房
- (2) 独立行政法人 日本学生支援機構 大学における学生相談体制の充実方策について—「総合的な学生支援」と「専門的な学生相談」の「連携・協働」— 2007
- (3) 長槽涼子・佐藤厚・宮下加奈子・太田いく子・佐藤紗菜子 学生相談室「なごみ」における学生への対人関係支援の一考察—学生相談室の取組みを通じた心の居場所づくりの成果—, 上田女子短期大学紀要, 37, 2014, 57-66

伊東里容 (埼玉東萌短期大学非常勤講師)