

学生のための心理・教育的支援 [電子版]
Psycho-educational support for students

田中真理・池田忠義 著
堀 匡・佐藤静香

学生のための心理・教育的支援 [電子版]

Psycho-educational support for students

田中真理・池田忠義 著
堀 匡・佐藤静香

東北大学 高等教育開発推進センター

PDブックレットの刊行に当たって

大学教員となってから二十数年、高等教育開発推進センターに関わり、改めて日本の大学教員として大学教育を振り返る機会をえました。大学教員となった当初、大学教員とは寝る間も惜しんで研究に没頭することが使命であり、その姿を学生に見せることこそが教育であると信じて疑いませんでした。確かに研究者養成を目的とすればひとつの方法として有効であることには間違いありません。しかし、大学教育は研究者養成だけが目的ではなく、多様な分野で、知をもって日本を含めた国際社会で活躍する人材を育成していくことが求められています。一方、大学で学ぶ学生も社会人や留学生を含め多様になってきています。このような大学教育の急速な拡大・多様化に対して、私ばかりではなく、社会全体が改めて大学教員の在り方を再考する時期になったと感じております。

さて、多様化した教育環境の中で、我々教員は教育に必要な訓練を十分受けているといえるでしょうか。今でも大学教員候補者は研究者志向の強い博士課程大学院で、主に研究者養成の訓練を受け、大学教員として必要な知識・技能の訓練を欠いたまま大学教員となる人がほとんどです。また、就職した大学においては、新任教員研修（Faculty Development）活動が行われるようになりましたが、授業方法に特化し、研究、教育、社会サービスなど大学教員の果たすべき役割全体をカバーする活動として十分とはいえません。さらに最近では新任の先生方から教員としての心得や教育方法についての研修を望む声すら上がってくるようになりました。

このような状況の中、私たち東北大学高等教育開発推進センターは、平成22年に文部科学省から教育関係共同利用拠点の認定を受け、国際連携を活かした大学教育力の開発に取り組んでおります。その活動のひとつとして、このたび大学教員の能力開発に役立つよう PD (Professional Development) ブックレットを刊行することにしました。大学教員を目指す大学院生から、ベテランの教授まで、さまざまなキャリア・ステージの大学教員を読者に想定して、編集・出版を進めています。本書を手にとってお読みいただくとともに、大学教育のますますの進化のために皆様のご意見をお寄せいただければ幸いと存じます。

東北大学高等教育開発推進センター長
木 島 明 博

目 次

はじめに 多様化する学生への心理・教育的支援のために

第1章 学年や時期による大学生活の特徴	1
1 大学生活サイクル	1
2 入学期	3
3 中間期	4
4 卒業期	5
5 大学院学生期	5
第2章 学生対応の基本	7
1 学生とのかかわり	7
2 学生と温かい関係を作る	7
3 学生をよく観察する	8
4 学生の話をよく聴く	10
5 関係者と連携する	11
6 少数派の学生に注意を向ける	12
第3章 入学期	13
1 はじめに	13
2 入学期における相談と対応	13
2-1 事例：授業についていけないという不安 にかられた男子学生	13

2-2 事例：友だちづきあいに疲れを感じてし まった女子学生	17
第4章 中間期	21
1 はじめに	21
2 中間期における相談と対応	21
2-1 事例：学業とアルバイトの両立に苦労し た男子学生	21
2-2 事例：恋人との別れに苦しさを感じてい た女子学生	25
第5章 卒業期	29
1 はじめに	29
2 卒業期における相談と対応	29
2-1 事例：本当にやりたいことを見つけ出し ていった男子学生	29
2-2 事例：進路選択を巡り親からの精神的自 立を果たした女子学生	32
第6章 大学院学生期	36
1 はじめに	36
2 大学院学生期における相談と対応	37
2-1 事例：研究の苦しさを感じ、引きこもっ てしまった女子学生	37
2-2 事例：研究室の人間関係の大切さを学ん だ男子学生	40

第7章 留学生	43
1 はじめに	43
2 留学生にかかわる相談と対応	43
事例：博士論文審査の直前に提出できなくなっ て困惑した留学生	
第8章 こころの病気を抱える学生	48
1 はじめに	48
2 こころの病気を抱える学生にかかわる相談と 対応	48
事例：被害妄想を訴えた男子学生	
第9章 不登校・ひきこもりの学生	53
1 はじめに	53
2 不登校・ひきこもりの学生にかかわる相談と 対応	53
事例：生活リズムが乱れて大学へ行かなくなっ た男子学生	
第10章 自傷・自殺	58
1 はじめに	58
2 自傷・自殺にかかわる相談と対応	58
事例：進級が危うくなり精神的に追い詰められ た男子学生	
第11章 ハラスメント	64
1 はじめに	64

2	ハラスメントにかかわる相談と対応 ……………	65
	事例：教授の言動に傷ついた女子学生	
第12章	発達障害学生にかかわる相談と対応 ……………	69
1	「発達障害学生なんてこの大学にいない」?! 思い込みと無関心 ……………	69
2	「社会はどう取り組んでいるのか？」 発達障 害をめぐる法的整備 ……………	73
3	「“困っている”のは誰？」 発達障害学生の 困りとその支援 ……………	74
4	「ほんの少しの障害学生のために、予算も教 職員のエネルギーも使えない」?! 共生社会 を担う人材教育 ……………	80
5	「発達障害学生への支援は周りの学生への 不公平感を生じるのでは？」 合理的配慮 ……	82
著者紹介	……………	84
あとがき		

はじめに

■多様化する学生への心理・教育的支援のために

近年の高等教育の普及に伴って、大学キャンパスに学ぶ学生のプロフィールは多様化の一途を辿っています。学生が大学教育に対して抱く期待は実に様々ですし、大学教育に対するレディネス面でのミスマッチも珍しいことではありません。

大学はアドミッションポリシーや大学情報の広報に努め、入学者選抜方法を工夫し、入学後の転換教育や補習教育や個別的学习指導、学生相談、キャリア支援システムの整備など、学生と大学の適合性を高める努力を様々に展開し、一定の成果をあげてはいますが、事態の進行に対策が追いつかない面があることも現実です。

そうした状況の中、学生達はそれぞれに「学生の季節」を生き、やがて社会人として巣立っていきます。しかし、その道筋は必ずしも好天温暖に恵まれる日々だけではなく、時には嵐に吹かれ雨に打たれることもあるはずです。苦しみや悩みといったストレス状態は人間成長の重要な契機ともなりますから一概に否定すべきものではないでしょう。しかし、時には、度を越した苦しみに苛まれたり極度の混乱状態に陥ってしまい、自力では動き出せなくなってしまう学生もいます。大学には、カリキュラムや授業の改革改善といった狭義の教学的支援以外に、こうした学生個々人の内面に発する問題にも積極的に対応して、心理・教育的アプローチで学生を支援することが求められています。

本書は、学生諸君と日々向き合っておられる着任間もない新

任の大学教職員の方々，そして将来の大学教職員を志望しておられる大学院学生の方々を想定読者として編まれています．

第1章から第11章では学生相談現場で得られた知見と経験をお伝えします．「学生の季節」の構造的特徴や，典型的な相談事例を提示しつつ，大学教職員として学生を支援するための基本的なスタンスの取り方と具体的な方法論とを整理してお示しします．最後の第12章では，最近，法律的な位置づけがなされて社会の各分野での取組が始まっている発達障害学生への対処についてご説明します．

これらはいずれも大学教職員が，それぞれの職務において高い確率で遭遇するテーマですので，本書を，大学教職員の事前研修や初任者研修用のテキストとして，また，担当者として実際にそうした問題に直面した場合に最初に読んでいただく「第一選択」の資料としてご活用いただければ幸いです．

第 1 章 学年や時期による大学生活の特徴

1 大学生活サイクル

大学生が大学に入学してから卒業するまでの期間は学生期と呼ばれる時期であり、学生という立場から社会人としての生活に移行する一つのまとまりをもつ時期です。一方で、同じ大学生といっても 1 年生と 4 年生では子どもと大人ほど違うように見えることも多いですし、その悩みも大きく異なることが少なくありません。また、学生相談に訪れる学生の悩みは、個人の性格や置かれている状況等を反映し、多様な広がりを持っていると同時に、学年や時期によって共通する面もあり、同じ学年の学生が同様のことで悩んでいることも多いものです。

大学生の時期を時間軸に沿って区切り、考えようとするのが、「学生生活サイクル」の視点です（鶴田，2001）。それは、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です。学生生活サイクルとは、学生が大学生という時期の下位時期を移行しながら、様々な課題に直面し、それに取り組みながら成長する過程です。

学年に注目して大学生の時期を三つの時期に分け、更にそれに続く大学院生の時期も加えると、次のようになります（図 1-1）。

つまり、大学生から大学院生の間は、以下の 4 つの時期に分けることができます。

①入学期：入学後 1 年間



図 1-1 学生生活サイクル

②中間期：2年生から3年生（留年期間を含む）

③卒業期：卒業前1年間

④大学院学生期：大学院生の前期あるいは後期課程の時期

また、それぞれの時期の学生の課題や心理学的特徴について概観すると、表 1-1 のようになります。

ここでは、各時期の課題や特徴について、学業、進路、学業以外の学生生活、対人関係という領域に分けて整理します。

更に、第3章から第6章において、各時期に特徴的な相談

表 1-1 学生生活サイクルの特徴

（鶴田，2001を基に作成）

	入学期	中間期	卒業期	大学院学生期
学生の課題	・大学生としての生活への移行 ・それまでの生活からの分離 ・新しい生活の開始	・学生生活の展開 ・自分らしさの探究 ・中だるみ ・現実生活の内面の統合	・学生生活の終了 ・社会生活への移行 ・青年期後期の節目 ・現実生活の課題を通じた内面の整理	・研究者・技術者としての自己形成
心理学的特徴	・自由の中での自己決定 ・学生生活への主体的方向付け ・高揚と落ち込み	・あいまいさの中での深まり	・学生生活の心理的振り返り	・職業人への移行 ・自信と不安

を基に、学生への対応や支援を紹介します。

2 入学期

入学期は、それまでの受験生としての生活から離れ、大学生としての新しい生活に移行する時期です。この時期は、学業に限らず生活全体の変化が大きい時期であり、多くのことを自分で決めることが求められます。

学業の領域では、単位の計算や履修方法、大学の授業のスタイルに慣れていくことが求められ、授業の内容や形式への戸惑い、学業への意欲低下などが問題になります。

学業以前の生活の領域では、新しい生活環境に慣れていくことが課題となり、一人暮らしの寂しさや大変さ、自律的な生活を送ることの難しさなどが問題になります。

進路の領域では、入学した大学や学部・学科等に所属感を持つことが課題となり、不本意入学や進路変更の希望、入学後の目標喪失などが問題になります。

対人関係の領域では、大学において新しい関係を作っていくことが課題となり、クラスや同級生へのなじめなさや気後れ、部活動やサークルに入ることの戸惑いなどが問題になります。また、親子関係では、親や家族から離れることが課題となり、その寂しさや難しさが問題となります。

3 中間期

2年生から3年生の時期にあたる中間期は、大学への初期の適応が終わり、生活上の変化が比較的少ない時期です。学生生活を展開し、自分らしさを探求したり自分を見つめ直したりする時期ですが、一方で、目的意識の喪失や無気力、その結果としての生活の乱れといった事態に陥りやすい面もあります。入学期に比べて学生による生活の違いが大きくなります。

学業の領域では、自分の専門的領域への関心と取り組みが求められる、目的意識の喪失、意欲減退などが問題になります。

学業以外の生活では、自律的な生活を維持することが課題になり、アルバイトやサークル等が生活の充実につながる半面、それらと学業との両立が問題となります。

進路の領域では、学科や研究室の選択、卒業後の進路を検討することが課題となり、専門領域への適性についての不安や、就職・進学等の卒業後の進路に対する迷いなどが問題となります。

対人関係の領域では、対人関係を広げることや深めていくことが課題となり、友人や異性等との関係が深まった中での葛藤、部活動やサークル等、集団の中での周りとの付き合い方やリーダーシップの取り方などが問題となります。親子関係について見直し、親からの自立の志向やその難しさが表面化してくることもあります。

4 卒業期

卒業期は、学生生活を終える時期であり、卒業後の生活への準備をする時期です。就職する学生にとっては、社会人としての生活に向かう決断とそのための活動をしなければならず、大学院に進学する学生にとっては学生生活の最後の時期ではありませんが、研究に向かう姿勢を固めていく時期であり、どちらにとっても節目の時期です。

学業の領域では、卒業に必要な単位を取得すること、卒業期の研究を完成させることが課題となり、履修状況の厳しさや卒業研究の難しさが問題となります。

学業以外の生活では、学生生活を終えることへの寂しさや抵抗感が問題となります。

進路の領域では、卒業後の進路に向けて決断をし、それを実現するための準備をすることが課題となり、進路選択への迷いや不安、卒業後の生活への自信のなさが問題となります。

対人関係の領域では、研究室での対人関係になじむこと、卒業による別れを受け入れていくことなどが課題となります。また、親子関係では、進路を巡る親子の意見の不一致や対立が問題となり、それまでの親子関係について見直すことも少なくありません。

5 大学院学生期

大学院学生期（大学院の前期および後期課程の時期）は、学生が自分の研究分野の専門性を深め、職業人としての自己を形

成する時期です。前期課程では、研究への取り組みや研究室での人間関係などが課題となり、後期課程では研究の追求・完成、学生を終えた後の進路が課題となります。

学業の領域では、研究に取り組み、成果を上げることが課題になり、研究の難しさや不安、研究を巡る人間関係の難しさが問題となり、特に、他大学からの入学者が適応上の問題を感じることが多くなりがちです。

学業以外の学生生活の領域では、研究を中心とした自律的生活を送ることが課題となり、極端に研究中心の生活や、逆に研究から離れて不規則な生活に陥るなどの問題が生じがちです。

進路の領域では、修了後の進路を定めることが課題となり、将来への不安や自信のなさなどが問題となります。

対人関係の領域では、研究室で良い関係を築き、維持していくことが課題となり、指導教員や研究室の先輩、同僚との関係の難しさ、場合によってはハラスメント的關係などが問題となります。親子関係では、親の強い期待を巡る問題が生じがちで、進路を巡って葛藤が表面化することがあります。

引用・参考文献

- 鶴田和美 2001 学生生活サイクルとは 鶴田和美（編）
学生のための心理相談－大学カウンセラーからのメッセージ－ 培風館，2・11

第2章 学生対応の基本

1 学生とのかかわり

教職員は、様々な場面で学生とのかかわります。教員の場合、研究室やゼミでの研究指導、少人数の授業等、個々の学生を把握できる状況でかかわることもあれば、大教室での授業等、一対多の状況でかかわることもあります。また、職員の場合、学生の氏名等を把握して継続的にかかわることもあれば、窓口で短時間対応するだけのこともあります。

いずれの場合も、学生にとっては、対応する教職員が大学の「顔」となります。それだけに、学生にとって教育的・支援的なかかわりを持つことが学生の成長や大学への信頼感につながります。

ここでは、学生とのかかわる上での留意点について、紹介します。

2 学生と温かい関係を作る

まずは、相手の学生を一人の人間として尊重し、その上で、温かい関係を作るようにしましょう。

学生の個性は様々であり、学業に限らず、サークルやアルバイト等、学生生活全体への取り組み方は千差万別です。また、教職員への接し方が丁寧な学生もいれば、ぞんざいな学生もいます。自分が自然と親近感や好感を持ちやすい学生のタイプと

そうでない学生のタイプがすべての教職員にあり、ややもするとそれらに左右されて学生への接し方が変わるかもしれません。それは、教職員もまた一人の人間であるという意味では、無理もない面がありますが、度が過ぎると学生の不満や不公平感へとつながり、場合によってはトラブ的な事態に発展することもあります。

学生は多様であること、そして、成長過程の途上にあることを踏まえ、個々の学生を尊重することを心がけましょう。ここでは、自分とは違うタイプの人だからこそ、相手に関心を持ち、その個性を大切にするという感覚を持つことが有効です。また、自分がどのようなタイプの人間かということを知ること、そして、自分が学生からどのように思われているかを想像することがとても大切です。

学生と温かく良い関係を築くための最も基本的なことは、日頃のあいさつや何気ない声掛けを大切にすることです。あいさつや声掛けは、自分が相手に関心を持っていることを伝えるものであり、相手に安心感をもたらすものです。教職員が思っている以上に学生は教職員との距離を感じていることが少なくありませんので、教職員側からのあいさつや声掛けが学生との距離を縮め、温かい関係を作ることにつながります。

3 学生をよく観察する

学生がどのようなことを考えているかは、本人が言葉にして伝えてくれなければ分からない面があります。また、学生が自分の思いや気持ちをすべて教職員に語るわけではありません。

しかし、そうであったとしても、学生をよく見ること、丁寧に観察することで、学生の気持ちやその変化に気づくこともまたできるものです。特に、学生が気になる状況にあるときは、その行動や表情等、外側に表れているものから内面を推察することが非常に重要になりますし、心の状態は、行動や表情、体調等、何らかの形で表に出るものです。

その基本となる視点は、「ほかと違う」、「いつもと違う」ということです。ある学生が他の多くの学生と違う場合、強い個性を持っており、それゆえ大学生活の適応に苦労しているかもしれません。また、いつもと違う場合、本人の心理やその置かれている状況に大きな変化が起きているかもしれません。教職員がこうしたことに気づくためには、普段から、学生全体の状況と同時に個々の学生の特徴を把握しておくことが必要になります。

一般に、早期の支援が必要になるような状況としては次のようなものがあります。

- 欠席がちになった
- 遅刻や早退が増えた
- 単位の取得数が減った
- 表情が暗い
- イライラしている感じがある
- 短期間で太った、あるいは痩せた

個々の学生の教職員がこうした学生の行動や表情、体調等にいち早く気づくことで、学生への早期の支援が可能になります。

4 学生をよく聴く

学生と話すときは、まずその学生をよく聴きましょう。特に、何らかの教育的働きかけや支援が必要だと思われる学生に対応する時には、この点が特に重要です。

学生からの相談を受けた場合、相手の話に耳を傾け、最後まで聴くということをしてみましょう。これは、「傾聴」の姿勢を持つことです。相手の話を聴いている途中で、自分の考えや意見を言いたくなってしまうこともあります。すぐに口を挟まずに最後まで話を聞いてください。この際には、相手の話すことが事実かどうかはこだわらず、相手の感じていること、感情に関心を向けることがポイントです。自分の判断や意見を言うとしても、ひとまず相手の話をすべて聴いてみてからにしましょう。相手の悩みや困っていることを聴くときには、学業面の指導や事務上の指示をしているときとは違う姿勢や態度が必要になります。

相手の話に耳を傾け、最後まで丁寧に聴くことによって、学生は、「自分の話をきちんと聞いてもらえた」、「自分の気持ちを受け入れてもらった」、「自分に関心を持ってもらえた」と感じ、信頼感や安心感を持てるようになります。そして、そのことが、自分の悩みや問題の解決に向かおうとする学生の力になります。助言は必ずしも必要ではなく、十分に聴くということが大切なことです。

自分が相手に話を十分に聴いてもらったと感じた時のことを思い出してみてください。その時、相手はどのような姿勢や表情で自分に接してくれていたか、また、話すタイミングや量、その時の声の感じはどうであったかを振り返ってみることが、

自分の対応を考えるときの参考になります。学生の心理的状態が行動や表情等に出るように、学生話を聴こうとする教職員の意欲や姿勢もまた行動や表情等に表れるものです。

5 関係者と連携する

学生が自分の悩みや問題を語るのは、対応した教職員への信頼感があればこそですし、相談を受けた教職員には守秘義務があります。したがって、そこで知りえたことを本人の了承なく他の人に伝えることは厳に慎まなければなりません。一方で、学生の支援のためには他の教職員や家族の協力が重要な場合や、自分一人ではどう対応してよいか分からない場合も少なくありません。そのため、周りとの連携・協力が必要であると判断した場合は、情報を伝える範囲を学生に明確に伝え、了承を得た上で、関係者と一緒に対応して下さい。

ただし、学生が、自殺や自傷行為、あるいは、他者を傷つける行為に出るおそれがある場合には、本人の了承なしに関係者に連絡し、対応に当たることがあります。

学生が自分に相談してくれたということを大切に、責任を持って対応すべきですが、自分一人だけで責任を抱えすぎないようにすることが大切です。守秘義務を守りつつ、学生にかかわる様々な人と連携して対応に当たることが心がけましょう。また、対応が難しいと思われる学生については、学生相談機関のカウンセラーや保健管理センターの精神科医等の専門家につなぐことを検討して下さい。

6 少数派の学生に注意を向ける

自分がかかわるすべての学生に注意を払うことが原則ですが、その中でも、少数派の学生には特に注意を向けて下さい。それは、例えば、留年している学生や留学生、他大学からの編入生や他大学出身の大学院入学者、男子学生が中心の学部に所属する女子学生などです。これらの立場にある学生は、多数派の学生に比べて情報が入りにくく、対人関係も狭くなりがちです。そして、そうした窮状をなかなか表現しにくく、周りから理解してもらいにくい状況になりがちで、劣等感や疎外感を強めることにもなりやすい面があります。

それだけに、こうした学生については他の学生以上に積極的に声をかける等の働きかけをし、学生が困った時にすぐに支援を求める声を上げられるようにすることが必要です。

第3章 入学期

1 はじめに

入学期は、受験生としての生活から大学生としての生活に移行する時期であり、大学という環境に適応していくことが求められる時期です。大学の履修システムや新しい人間関係、実家を離れての一人暮らし等、様々な面で初めての経験をする事になり、学生にとっては不安を感じる事が多く、それらに一つずつ対処しながら、大学生としての自信を得ていくことになります。

2 入学期における相談と対応

2-1 事例：授業についていけないという不安にかられた男子学生

授業開始から約3週間後、理系学部の新入生のAくんが学生相談機関に来談しました。「授業を受けても、先生の言っていることを理解できない」と、涙を浮かべながら語ります。高校時代は自分が得意にしていた科目であるにもかかわらず、授業の内容が分からないということで、「既に履修登録もしてしまい、今更別の授業を取ることはできない。」とすっかりうつむいています。

周りの同級生を見ていると、みんな先生の話をつなずきながら聞き、すらすらとノートを取っており、休み時間は授業の内容について楽しそうに語っているということです。どう見ても授業についていけないのは自分だけで、このままではどう

にもならなくなると感じています。

授業を担当している先生は、「学生は授業内容を当然理解している」という前提で話をしているし、授業が終わるとそそくさと帰ってしまい、教室で質問することもできない状況です。また、先生の部屋の場所も知らないので、質問に行こうと思っても行けませんでした。

カウンセラーは、学生の不安を支持しつつ、同級生はほとんど同じことを感じており、授業に次第に慣れていくことを伝えました。Aくんは、その後、クラス担任との面談でも同様のことを言われて少し安心したところ、授業で偶然隣に座った同級生に話しかけられ、その人も授業がよく理解できていないということを知りました。更に、約1か月後にあった小テストの結果が思いのほか良い成績でした。こうしたことから、Aくんは、安心して授業に臨めるようになり、その後の小テストや最終テストでも良い結果を残し、無事、単位を取得しました。

（1）学生の理解

①授業の内容・スタイルへの戸惑い

入学当初は、ほとんどの学生が授業についての意欲と同時に不安を感じており、それらが気負いにつながってしまうことも多いものです。そのため、授業内容をしっかり理解しなければならないという思いが強すぎると、分からないことがあると慌てたり焦ったりすることにつながりやすくなります。特に、高校まで優秀な成績で来た学生が大学という新しい場面でつまずきを感じると、大きく動揺する傾向があります。

授業によっては、大学受験の勉強ほど理解の仕方や解法が明確でなかったり、教科書がなく配布資料に基づいて行われたり

するものがあつたりし、学生は、どのように勉強したらよいか戸惑いを感じがちです。物理や化学等、高校時代と同じ科目名であるにもかかわらず、学生からすると、急激にその内容が難しくなったり変化したりしたと感じられる科目があります。その一方で、法学や経済学等、受験時まであまりなじみのなかった科目について、授業を聞いてもどこが重要なポイントなのか分からないと感じることもあります。こうした状況に直面し、学業への意欲や自信を失うことにもなりがちです。

授業担当の先生との関係は、週に1回授業を受けるときだけであることが多く、学生にとっては、高校までと比べると先生との距離も遠く感じられます。そのため、授業時の先生の態度をそっけないと感じたり、授業終了後等に先生に質問することをためらったりしがちで、理解できない箇所がそのまま残ることも少なくありません。

②「自分だけが取り残される」という不安

入学して間もない時期の学生は、同級生たちとの関係があまり深まっていなため、自分の不安や戸惑いをなかなか素直に出せず、特に学業の領域でその傾向が強くなりがちです。特に、大教室で自分の知らない多数の人と一緒に受ける授業では、より不安を感じやすく、周りの人はよく理解しているように見え、自分だけが分からないと思ってしまう傾向が強くなります。多くの学生が、大学の授業について戸惑いを感じているものですが、それを共有する機会がないと、自分の思いにとらわれやすくなります。

授業をよく理解できないという思いが、対人面での気後れへとつながり、のびのび振る舞えなくなることがあります。その

場合、「自分だけが取り残される」という不安を強め、しかし、誰かに頼ることもできずに一人で悩み、苦しい状況に入り込んでしまうこともあります。

（２）教員の対応のポイント

①学生の不安や戸惑いを当然のこととして受け止める

大学での授業の内容やスタイルについて、入学当初の学生が不安や戸惑いを感じるのは当然であると、教員が受け止めることが大切です。そして、そのことを新学期開始後の早い段階で学生に伝えることで、学生は大きく安心します。「多くの学生が自分と同様に授業の不安を抱いている」ということを、学生自身が認識していないことが多いものです。

授業での到達目標と関係しますが、授業の当初に、授業全体を通して何をどの程度学ぶことができればよいかを丁寧に説明することが必要です。その中で、授業の進行に伴って理解が進んでいくこと、場合によっては毎回の授業ですべてのことを消化する必要がないことを伝えることも大切です。また、小テストやレポートの全体の結果をフィードバックすることで、学生は自分の理解状況を把握できます。

②学生への開かれた態度

高校時代に比べると、入学期の学生と教員とが接する時間は少ないこともあり、授業を担当する教員が思う以上に、学生は教員との距離を感じていることが多いものです。それだけに、学生とのコミュニケーションを積極的にとる姿勢が教員側に求められます。大教室での授業等、すべての学生と個々に関わることが難しいことも多いため、学生が教員に質問等をしやすく

なるような関係を作ることが必要です。

そのためには、教員側の「開かれた態度」が大切になります。学生は、授業時の教員の立ち居振る舞いや発言から、教員への話しやすさを感じ取っています。学生は、授業の内容と同時に、授業者である教員に関心に向けており、学生の教員に対する関心や評価が授業の意欲にも大きく影響します。

毎回の授業時に質問を受け付ける時間を設けたり、オフィス・アワーを積極的に伝えたりすることが、学生に安心感をもたらします。教員が自分自身の経験、率直な思い等を時に語ることも、学生からの信頼感につながります。

2-2 **事例：友だちづきあいに疲れを感じてしまった女子学生**

新学期が始まって2か月弱がたとうとするある日、文系女子学生のBさんは学生相談機関を訪れました。相談の申込票には、相談内容として、「友人関係がうまくいかない」と記入されていました。

面接では、「最近では、大学の同級生たちと一緒に行動しなければならないことに疲れ、一人で過ごしたいと思っているが、それができずに苦しい」ということを語り出しました。

Bさんは、もともとやや控えめなところがありましたが、地元を離れ、知り合いが誰もいない今の学部に入學しました。それだけに、入學直後から新しい友だちを作ろうとして同級生たちとも頑張って話をするように心がけ、電話番号やメールアドレスも交換しました。また、クラスの友だちの誘いに応じて、その友だちと同じサークルにも入りました。周りの人たちは、みな明るく積極的であり、みんなで一緒に食事をしたりおしゃべりをしたりするのは、最初、とても楽しいことでした。

しかし、友だちから誘われるとなかなか断りづらく、授業の準備の時間や一人でゆっくり過ごす時間が少なくなってしまった上、友だちの中ではいつも明るく振る舞っていなければいけないことに苦しさを感じるようにもなりました。しかし、そうしたことをはっきり言うと、友だち関係が悪くなるように思えて、なかなか言い出すこともできませんでした。こうして、表面上は周りに合わせつつ、心の中では負担感を強める状況になっていました。

カウンセラーは、気兼ねなく付き合える友だち付き合いの範囲や、自分も相手も不快にならないような断り方等について、Bさんと一緒に検討し、Bさんは徐々に自分のペースでの人付き合いや生活をできるようになっていきました。

（１）学生の理解

①孤立することへの恐れと過剰適応

新入生にとっては、新しい環境で友人関係をうまく作れるかどうか、大学生活を始めるにあたって非常に重要なものを感じられています。大学生活の最初に友だちを作れるかどうか、大学生としての「死活問題」でとさえ感じている面があります。それだけに、入学期当初は、多くの学生が本来の自分以上に、「明るく積極的に」なっています。それは、孤立する不安を背景とした明るさや積極性であり、やや無理や背伸びをした「過剰適応」の状態にあります。受動的だった学生もまた、もともと社交的な学生と同様に明るく積極的でなければならぬと感じていることが多く、特に負担が大きなものになりがちです。

そのため、個々の学生の頑張りすぎた状態やそれを前提とし

た対人関係は長くは続きません。入学当初、自分の携帯電話に登録した電話番号やメールアドレスも、次第に使用されるものは限られていきます。時間の経過とともに、自分本来の友だち付き合いに移行していくことが大半ですが、その過程では、対人関係がうまくいかずに孤立する不安から、周りにはっきり自己主張できないことがあります。

②目先のことへのとらわれ

大学での学業への取り組みと同様に、対人関係の持ち方も、次第に要領をつかみ、自分の個性に適したものになっていくものですが、当初は目先のことにとらわれ、余裕を失ってしまいがちです。友だちとの関係も、最初に友だちの輪を広げないと後で取り返しのつかないことになると感じ、新たな出会いは今後数多くあることや、友だちづきあいもいずれ自分に無理のないものに落ち着いていくことに目が向きにくくなってしまいます。

入学当初の段階で、当面の生活への適応と同時に、「学生期の4年間」や「入学期の1年間」について展望した上で、現在の生活を考える視点を持てると余裕が生まれます。しかし、新しい環境・対人関係への適応には相当多くのエネルギーを使うため、自分でそのような視点を持つことは難しい面があります。

（２）教員の対応のポイント

①多様な個性・適応プロセスがあることを伝える

学生には明るい人もいればおとなしい人もいて、また、話すことが得意な人もいれば聴くことが得意な人もいますが、入学期の学生は、周りに合わせなければという気持ちが先に立ち、自分らしく振る舞うことが難しくなりがちです。そのため、教員が、人によって様々な個性があり、その人なりの大学生活への適応プロセスがあることを伝えることが学生の安心感につながります。

また、サークルやアルバイト先、研究室やゼミ等、これからの学生期の中で生じる対人関係やそれぞれの特徴について学生が知ることで、先の見通しを持ちやすくなり、目先のことへのとらわれが弱まります。そのため、学生期の様々な対人関係について、機会をとらえて教員から学生に示すことが大切です。

②大学での対人関係の足掛かりとしての教員の役割

入学期の学生にとって、大学での対人関係は学生同士のものと教職員とのものとに大別でき、どちらについても不安を感じがちです。そのため、学生が教員と良い関係を持てると、それが友人関係や大学生活への安心感へとつながります。教員との関係が、大学での学生の対人関係の足掛かりになると言えます。

教員がクラス担任や授業担当者等として学生と直接かわる中で、学生の個性を尊重し、受け入れることで、学生は自信を持ち、自分らしく振る舞う姿勢が育ってきます。

第4章 中間期

1 はじめに

中間期は，大学生活に慣れ，その人なりの生活スタイルを作っていく時期です．学業やサークル，アルバイト等，生活の幅が広がる半面，自律的な生活の維持がテーマになります．また，自分らしさを探求していく時期ですが，一方で，それにとらわれて目的意識や意欲を失うこともあります．対人関係では，友人や恋人等との関係での葛藤や苦しさが問題となりやすい時期です．

様々な面で大学生活に充実感を持ち，意欲を高めていく場合と，そうでない場合との差が大きくなりやすい時期です．

2 中間期における相談と対応

2-1 事例：学業とアルバイトの両立に苦労した男子学生

Cくんは，大学3年生の理系男子学生です．大学生活にも慣れてきたと感じたこともあり，1年生の後期が終わった春休みからファミリーレストランでアルバイトを始めました．当初は週に2回程度の勤務でしたが，次第に働く日数も時間も増え，午前0時を過ぎるまで働くようにもなりました．慣れるまでは大変さも感じていましたが，次第にその面白さにひかれ，社員からも信頼を得，アルバイトの中で中心的な役割を担うようになり，そのことへの充実感を強めていきました．一方で，学んでもすぐに実際的なことに役立つわけではない大学の勉強

への意欲が薄れていきました。

こうして、アルバイトに多くの時間を割くため、レポートや課題に取り組む時間を十分とれず、朝なかなか起きられずに授業に遅刻したり欠席したりすることが増えていきました。取得した単位も、2年生の前期から後期にかけて次第に減少していき、3年生の前期にはほとんど単位を取得できない状態にまでなりました。

Cくんのご両親は、単位の取得状況を見て危機感を持ち、本人に問いただしたことで、Cくんの生活状態に気がつき、3年生の後期開始前にCくんと一緒に学生相談機関を訪れました。

面接時、Cくんはアルバイト先での自分の責任の大きさを語り、「その気になれば勉強は何とかなる」と楽観的に考えていました。しかし、これまでも同じように考え、学期初めだけは学校に通うものの、それが続かなくなることの繰り返しであることを自分で認めるようになりました。そして、自分にとっては4年間で卒業することが大切であること、アルバイト先で学業面の状況を話せば理解してもらえそうだということを確認し、アルバイトを大きく減らして授業への比重を高めました。それまでの単位取得の後れを取り戻すことは簡単ではありませんでしたが、アルバイトで身に付けた頑張りを活かし、無事卒業に至りました。

（１）学生の理解

①自律的生活を維持することの難しさ

大学生活はそれまでの生活と違い、授業時間の組み立て、それ以外の時間の過ごし方等、自分で決めて行動することが増えます。学生にとっては自由度が高くなりますが、同時に、自分

の行動に責任を持ち、主体的に行動することが求められます。特に、独り暮らしを始めた学生にとっては、学業だけではなく、家事等も含めた生活全体を管理し、維持していくことが重要になります。

自律的な安定した生活を維持していくことが、充実した大学生活の基礎になりますが、そこでつまづく学生は少なくありません。特に、大学生活に慣れ、余裕ができた中間期に生活が乱れてしまいがちです。多少の失敗や無理をしながら、学業やそれ以外のやるべきことについて自分なりのペース配分を作り上げていくことが望めます。

②自分らしさの探求と目的意識・意欲の喪失

青年期は、アイデンティティの確立のために重要な時期であり、大学生活の中では、特に中間期に自分らしさを探求する傾向が強まります。アルバイトやサークル等、学業以外の様々な体験を通して、学業では得られない数多くのものを吸収していきます。そして、それが自分について見つめ直したり、新たな気づきを得たりする契機となり、自分の幅を広げることにつながります。

一方で、それまでの自分の価値観が揺らぎ、動揺しやすい面もあります。アルバイトやサークル活動の充実感に強くひかれ、学業に意義を感じられずに意欲が薄れることも少なくなく、場合によっては、大学生活やその後の目的意識を見失い、学校から大きく足が遠のくことにもなります。

（２）教員の対応のポイント

①見守りと機を見ての働きかけ

学生期の中でも、中間期は様々なことに取り組み、自分らしさを作っていく時期であり、幅広い体験を積むことが学生の豊かさにつながります。学業に熱心に取り組むことはもちろん大切なことですが、この時期だからこそできることに挑戦することも必要なことです。したがって、自分なりの生活スタイルを確立していく学生の動きを見守っていくことが、教員の役割となります。

ただ、Cくんのようにアルバイト中心の生活に傾き、学業がおろそかになるなど、生活全体が崩れることもあります。また、自分の価値観の揺らぎに対する戸惑いを感じることもあります。そうした際には、教員から学生に声をかけ、生活や自分自身について考える手助けをしてください。そのためには、授業への出席状況や履修状況等を通して学生の学業への取り組みを把握しておくこと、いざという時に学生が相談しようと思えるような関係を普段から作っておくことが大切です。

更に、保護者から連絡や相談を受けることもありますし、状況によっては、教員から保護者に連絡する必要も生じられると思います。そうした際には、保護者と連絡を密にし、協力して対応することが特に大切です。

②幅広い体験の中でバランスを取るための助言

学業に限らず、幅広い体験をすることは、学生の自己形成に重要なことですが、その分、生活の中で何にどれくらいの時間やエネルギーを注ぐかということについてのバランスをうまくとることが難しくなります。生活全体を俯瞰し、また、自分の大学生活4年間を展望した上で、やるべきこと、優先すること等を明確にしていくような働きかけを行うことが必要です。

場合によっては、生活が極端に学業のみに限られ、アルバイトやサークル、友だちづきあい等がほとんどないような学生の場合、学業以外のことに目も向けてみるように働きかけることが大切な場合もあると思われます。

教員自身が、学生時代に体験したこと、社会人として体験したこと、それらを通して考えたこと等を話すが、学生が自分の体験や価値観を見直す契機となるかもしれません。

2-2 事例：恋人との別れに苦しさを感じていた女子学生

文系女子学生Dさん（2年生）は、同じ学部の同級生と付き合い始めて数か月が経過しました。Dさんとしては、大学に入って初めての恋愛であり、同じ学部ということもあり、なるべく二人で同じ授業を履修し、キャンパスではほとんどずっと一緒に行動していました。やがて、一人暮らしをしているお互いの部屋の合鍵も持ち、恋人がDさんの部屋に泊まっていくことも増えました。Dさんにとっては、こうした二人の付き合いが楽しく、安心できるものでした。

しかし、恋人が絶えず二人きりでいることを強く求めるようになり、Dさんのサークル活動や同級生の女子との付き合いにも難色を示すようになりました。更に、Dさんが同じサークルや学部の男子学生と話したり、電話やメールをしたりすることに激しく腹を立て、それを一切認めなくなりました。

そのため、二人の間でけんかが増え、Dさんは交際を続けることが難しいと感じるようになりました。しかし、別れ話をすると、恋人は、ある時は泣いて謝り、ある時は激しく怒りだして物を壁に投げつけるなど、大きく動揺しました。Dさんも、相手を見放すという罪悪感や、相手が何をするか分からないと

いう恐さ等から、別れることができないまま、疲労感を募らせていきました。こうした状況で、Dさんは学生相談機関を訪れました。

カウンセラーは、Dさんの気持ちを聴いて受け止めると同時に、自分の思いの伝え方や、友人等の協力を得て恋人と別れることについて検討しました。そして、Dさんと恋人の双方を知っている男女複数の友人たちが間に入り、二人は別れることに合意しました。Dさんは、その後もしばらくは、恋人から何か言われたりするのではないかと不安を感じていましたが、恋人からのそうした動きもなく、Dさんは次第に安心できるようになりました。

（１）学生の理解

①恋人との関係の心地良さと苦しさ

恋人との付き合いは、異性との親密な関係を築いていくことです。お互いに相手のことを大切に思い、自分が頼りにされるというかわりには、同性の友人関係では得られない心地良さを学生にもたらしめます。また、親密な関係の中で、自分を確かめ、新しい自分を作っていくことにもなります。

一方、親密になることで、二人以外の関係が見えにくくなったり、相手と自分の境界があいまいになったりすることがあります。そのため、相手と一緒にいないと不安になり、いつでも自分の考えや期待に沿うことを求める気持ちが強まりがちです。そして、そうした思いを向けられると、相手の思いを強要されるという苦しさや束縛感を強めることにもなります。親密な関係を持ちながら、それぞれが主体的に動けることが大切ですが、十分な経験がない学生にとっては難しく、過度に相互依存的に

なることがあります。

②親密な関係を終えることの難しさ

親密な関係を始めることに比べて、それを終えることは多くのエネルギーを要し、簡単なことではありません。一方が別れを考えても、もう一方がそれを受け入れられないことが多く、それぞれの中に様々な感情が渦巻き、ともに不安定になったり、二人の間の葛藤がより強まったりします。

自分の思いを率直に冷静に伝え合うことが望まれますが、Dさんやその恋人のようにうまくけじめをつけることができないことも少なくありません。特に、別れを切り出された側がそれを受け入れ難く、自分の思いに固執しすぎると、しつこく付きまとう等の行動につながり、トラブルに発展することもあり得ます。

（２）教員の対応のポイント

①親密な関係を続けること、終えることを見守る

恋人と付き合うことは、学生にとって大きな安心感をもたたらすものであると同時に、二人の間の葛藤を解決しながらより親密な関係を築いていく体験になります。教員から見れば、時に危うい関係に見えることもあると思われますが、他の関係では生じない様々な思いや感情を抱くことは、学生が自分を作っていく上で大切なものです。そのため、過度に干渉的・指示的にならずに、学生の付き合いを見守り、自主的な判断を育てていくことが大切です。

ただし、恋人との関係がこじれ、時にトラブルに発展するような難しい局面になることもあります。そうした時には、学生

本人の話を聞き、本人を支えるだけでよいのか、相手に直接働きかける必要があるかどうかを判断することが大切です。現実面での対応が必要だと考えられる場合には、周りの人と連携して動くことが望ましく、場合によっては学生相談機関の活用を検討してください。

②開かれた対人関係を作ることへの働きかけ

Dさんと恋人の当初の関係のように、恋人との関係が深まる時、そこにだけ目が向き、「二人きりの世界」になることがあります。それが、相互依存的な姿勢を強め、相手を過度に束縛・制限することにもつながります。

こうした状況にならないためには、恋人との関係を大切にしつつも、サークルや学部の友人、更には先輩や後輩等との様々な関係もまた大切にしていけるように伝えることが必要です。恋人との関係やその中での悩み等を普段から友人たちに話せるような関係を持てていると、恋人との関係が難しい局面になった時、周りからの援助を得やすくなります。

第5章 卒業期

1 はじめに

卒業を前にして、この時期の学生は卒業後の進路選択に迫られます。進学か就職か？自分は何がやりたいのか？もし就職するなら、自分はどんな職業が向いているのか？ということについて悩み、自分なりの答えを見つけ出していかなければなりません。それはまさに、自分自身と向き合い、これまで自分がどのように生きてきたかを見つめ直し、今後どのように生きていくかについて考えていくという「アイデンティティ確立」の過程です。その過程で、自分自身の適性や本当にやりたいことについてわからなくなり、一時的に精神状態が不安定になることがあります。また、就職活動を巡り、親子関係の葛藤など、これまで潜在していた問題が表面化してくることがあります。

2 卒業期における相談と対応

2-1 事例：本当にやりたいことを見つけ出していった男子学生

4年生のEくんは、理系の男子学生です。将来研究者になりたいと思い大学に進学し、大学院に進むつもりで今まで大学生活を送ってきました。これまでの学業成績は良好で、すでに、大学院試験にも合格し、来春は大学院への進学が決まっています。しかし、いざ卒業研究に取り組んでみると、実験はあまり得意ではなく、思ったような成果はなかなか出ません。また、次々に研究成果を求められるような競争的な雰囲気もなるとな

く自分には合わないと感じてきました。「このまま大学院に進んでいいのだろうか?」,「自分は本当に研究者に向いているのだろうか?」と悩み始めたEくんは、すっかり元気をなくしてしまい、学生相談機関を訪れました。

カウンセラーと話す中で、Eくんは、大学入学前に自分が思い描いていた研究と実際に体験してみた研究活動との間に大きなズレがあることに気づき、研究者になるという夢は本当にやりたいことではないように感じ始めました。一方、大学入学以来活動しているボランティアサークルでの活動が自分にとってはとても意味のあることのように感じていると語りました。このボランティアサークルは、地域の活性化のために、地域の人と一緒に様々なイベントを催す活動を行っていました。競争的な雰囲気の中で成果を上げていくということよりも、いろいろな人と協力して何かを作り上げていくことの方が自分は向いているし、やりがいを感じると語ったEくんは、卒業研究だけでは何とか仕上げ、いったん大学院に進学しましたが、その後休学し、イベント事業を手がける会社への就職活動を始めました。目標が決まったEくんは少しずつ元気をとり戻し、現在就職活動に頑張っており取り組んでいます。

(1) 学生の理解

① つまずきは、自分と向き合う貴重な体験

これまでの学業成績が良好な学生でも、卒業研究や就職活動に取り組みはじめると、「自分が思っていたようには上手くはいかない」というつまずきを体験することがあります。これは、学業成績が、実際の研究や社会での就労において求められる能力と必ずしも直結するとは限らないからです。一方、これまで

何とかギリギリやっていた学生の場合は、卒業研究に取り組むと同時に難しさが決定的なものになってしまうという場合もあります。このようなことから、多くの学生にとって、卒業期は何らかのつまずきを体験する時期であると言えます。そして、これまでの人生において、つまずきの少なかった学生ほど、その衝撃は大きく、事例のEくんのように、時にはひどく落ち込んでしまい、場合によっては、大学から足が遠のいてしまうこともあります。しかしながら、この時期のつまずきは自分と向き合う貴重な体験という積極的な意味も持っており、むしろ、このようなつまずきに対して自分なりの折り合いをつけていくということなしに、「アイデンティティの確立」は進まないと言えます。

②自分の興味と適性をよく吟味し、自己決定する

研究や就職活動などは、実際に体験してみないと、その難しさはなかなかわかりません。また、研究者や職業人としての姿勢、現場の雰囲気なども体験してはじめてわかることが多いものです。卒業期の学生は、研究や就職活動を実際に体験してみて、その体験をよく吟味し、自分自身の適性について考え直すことが重要です。考え直した結果、はじめは上手くいかなくても、努力して少しずつでも能力を高めていこうと決心することもありますし、場合によっては、これまでの夢や考えていた進路を変更せざるを得ないこともあります。いずれの選択をするにせよ、重要なことは、じっくり考え、学生自身が自分の責任で進路を決定していくということです。

(2) 教員の対応のポイント

①学生の自己決定を尊重する

この時期の学生への対応として重要なのは、学生の自己決定を尊重するということです。そのためには、ある程度の時間が必要なこともあり、休学など一見遠回りしているように見えることもじっくり悩むための時間として大きな意味を持つことがあります。また、進路変更や中退なども、学生自身がじっくり考えた結果であれば、尊重してあげることが大切です。ただし、研究がうまくいかないということから逃げたいがために、学生が、安易に進路変更や、中退を申し出る場合には、早急に決めで、まずは、両親やいろいろな人の意見を聞きながら、じっくり考えてみることをすすめるほうが良いことがあります。

②待つことの重要さ

学生が悩んでいる間は、様々な活動のペースが停滞しがちです。しかし、このような場合には、あまりせかさず、周囲はじっくり待つ姿勢が重要になります。十分悩むことを保証しつつ、いつ頃までには暫定的にでも答えを出すという、期間を設定してあげることも、同時に大切です。期間が決まっていると、待つほうも学生に無用のプレッシャーを与えることなく、落ち着いて待つことができます。

2-2 事例：進路選択を巡り親からの精神的自立を果たした女子学生

進路の悩みで学生相談機関に来談した文系女子学生のFさんは、出版関係の会社を志望しています。小さいころから本が大好きだったFさんは、将来本や出版に関わる仕事がしたいと心に決めていました。しかし、Fさんの両親は、公務員の受験を

強くすすめていました。「このご時世だから、安定した職に就く方が安心」というのが両親の言い分です。Fさんは、「確かに親の言うことには一理あるし、公務員になれば親も安心してくれるかもしれない」と出版社への就職を辞めようかと悩み始めましたが、このままあきらめることに納得できない気持ちもありました。

カウンセラーと話す中で、Fさんは親との関係について語り始めました。「いつも心配してくれることはありがたいけど、あれこれ指示してされるのは、いつまでも子ども扱いされているみたいで嫌。『私がどうしたいかということよりも、本当は、自分たちが安心したいという気持ちが最優先なんでしょう』と反発したい気持ち」。そして、自分自身もこれまで親の顔色をうかがい、希望に沿った生き方をしてきたこと、自分の意見を強く主張した経験がないことに気づきました。そこでFさんは親に出版の仕事の魅力や自分の思いを伝えてみました。両親は、すぐには納得してくれませんでした。Fさんは「これは自分自身のことだから、悔いのないようにしたい」と、出版社の試験を受けることにしました。なかなか内定はもらえませんが、Fさんは出版社への就職活動をあきらめずに挑戦し続けています。Fさんの真剣な態度に両親も最近は見守るようになってきています。

（１）学生の理解

①親の価値観からの分離

進路を決めるということは、親から精神的に自立し、一人の成人として生きていく方向性を定める意味があります。そのためには、親の意見や価値観は、絶対のものではなく、さまざま

な価値観や意見の一つであるとして相対化してとらえることが重要です。そして、そのうえで、自分なりの価値観を築き上げていくことが求められます。この時、Fさんのように、親の意見に逆らわずに来た学生ほど、親の意向に沿わない行動をとることに罪悪感を抱きやすく、精神的には大変負荷の大きい作業となります。そのような学生が、葛藤を乗り越えられるためには、葛藤することそのものを肯定し、見守る姿勢で接してくれる周囲の人の存在が大切になってきます。

②自分なりの納得の仕方

上手くいったかどうかという結果よりも、自分なりの価値観に基づき、チャレンジしてみたかどうかというプロセスが大切になります。Fさんは今後、もしかすると出版社への就職が決まらず、親の言うように公務員試験の受験に方向転換するかもしれません。しかし、そのような場合でも、自分が納得いくまでチャレンジした結果かどうかという点が重要になります。自分なりの納得がつけられない場合は、そこから前に進むことは難しく感じられます。一方、うまくいかない場合でも、納得するまでやってみたという実感がもてると、精神的に一区切りつけることができ、たとえ進路変更したとしても、新しいことに気持ちを切り替えることが比較的スムーズにできます。まずは事例のように本人なりの納得の仕方を支持することが大切であると思われます。

（２）教員の対応のポイント

①見守る存在の重要さ

親からの自立を目指す動きは、同時に、自分一人で大丈夫だ

ろうかという不安を喚起させるものです。まずは、そのような学生の不安を理解したうえで、親に対して反発心を持ってしまうことや、葛藤し悩むことそのものを肯定し、見守り続けることが大切です。また、学生から相談を受けた時には、「自分はどうしたいのか」という原点にかえるように、繰り返し問いかけてあげることが重要です。そして、親の人生ではなく、自分の人生を生きるという視点で何が大切かということと一緒に考えていくことが、悩む学生の自立を支えることにつながります。

②自主性を尊重する

親からの自立の過程では、学生の中に成人としての要素と未だ子どもとしての未熟な部分が相まって存在するように感じられることがあります。親にとってはいつまでも子どもと感じられる部分かもしれませんが、周囲の大人は、学生に対して一人の成人とみなして接し、学生の自主性を尊重して行く態度が重要です。

第6章 大学院学生期

1 はじめに

大学院生にとって最も重要な課題は、専門とする研究に取り組むことです。学部生の頃と比べると、研究のレベルはより専門的で高度なものが求められますし、研究に取り組む姿勢もこれまでのような受動的な立場ではなく、より能動的・自主的に研究を進めていかなければなりません。このような変化に直面し、研究に対する苦しさや難しさを感じて学生相談機関を訪れる学生がいます。

また、大学院生になると、研究室での活動が生活の中心になってくるため、そこでの人間関係も大学院学生期の適応を左右する重要な要因となります。研究室は小さな社会であり、指導教員・先輩など目上の人との付き合いが大切になります。また、同期の学生は友人であり、競争相手でもあるという複雑な関係性も存在します。さらに研究室という狭い人間関係は、お互い親身に協力し合える反面、その狭さゆえ、ちょっとした行き違いが大きな問題に発展しやすく、当事者同士が物理的な距離を置くことも難しいため、問題がこじれてしまう場合もあります。研究室の人間関係にうまくじめないことや研究室内での人間関係のトラブルは大学院生の生活にとって大きなストレス因となります。

2 大学院学生期における相談と対応

2-1 事例：研究の苦しさを感じ、引きこもってしまった女子学生

理系大学院生のGさんは、今年、地方の小規模な大学から地元の名門国立大学に入学してきた女子学生です。高校3年生の時も地元の国立大学は受験しましたが、合格せず、大学院での入学をめざして勉強に励んできました。Gさんは、学部時代の成績は良好であり、卒業研究もそれなりにいいものができたと手ごたえがあったので、大学院の生活もさほど困難ではないと考えていました。

しかし、いざ入学してみると、まわりの学生たちのレベルの高さを痛感しました。また、研究室は大所帯で、各個人が誰に指示されるわけでもなく、自主的にどんどん研究を進めている状況に、困惑と焦りを感じはじめました。Gさんの学部時代は、少人数の研究室で、教授との距離も近く、わからないことはすぐに聞いたりしやすい環境であったため、今の研究室とは対照的でした。ゼミでは、指導教員や上級生が活発な議論を繰り広げる中、自分の知識の少なさ、発想力のなさに愕然とする日々が続きました。次第に、院生室や研究室から足が遠のき、家から出るのも億劫になってしまいました。

入学して半年が過ぎたある日、娘の様子を心配した母親に伴われて、Gさんは学生相談機関を訪れました。Gさんは、「わからないことが多いけれども、なかなか聞けないことが一番辛い」と話しました。研究室のペースになじむことと、基礎的な部分からの知識や技術の習得という面で少しサポートが必要であると感じたカウンセラーは、Gさんの了解を得て、指導教員を交えて話し合い、一緒に対応を考えました。指導教員はGさんのことは気にかけてくれていた様子で、状況を知り、すぐに

親切な先輩を相談役につけてくれました。また、こまめに研究の進捗を確認するため、定期的に個別で面談をするように取り計らってくれました。Gさんは、再び研究室に通い始め、指導教員や先輩のサポートを得て少しずつ研究の知識や方法を身につけていきました。

（１）学生を理解

①研究生生活への戸惑い

大学院に入り、研究中心の生活に移行した際に戸惑ってしまう学生がいます。事例のGさんのように、他大学から入学してきた学生は、特に戸惑いを抱きやすいものです。そのような学生は、研究室のやり方に馴染んでいる内部進学者などが、自主的に進めている姿などを見ると、できていない自分と比較して、焦りや孤独感を強く感じる場合があります。

②できないことが周囲に知られることの恥ずかしさ

Gさんのように、他大学から移ってきた学生の場合には、学部時代の研究室と大学院の研究室とのレベルの差が大きく、ついていくのに苦労するということがあります。また、大学院までは何とかギリギリやってこられたが、さらに研究を専門的に進めていくという段階になり、学力的な難しさが露呈してしまう学生もいます。しかし、それらの学生は、多くの場合、できなさを周囲に知られることが恥ずかしかったり、怖かったりして、わからないことを先輩や教員に聞くことがためられわれ、一人で抱え込んでしまいます。そして、だんだんと研究室に出ることが億劫になり、大学から足が遠のいていきます。また、研究室に出ないといけなのに出られないという葛藤が続く中

で、うつ的な状態に陥ってしまう学生もいます。

（２）教員の対応のポイント

①研究生活が軌道に乗るまでのサポート

周囲の人が問題なく研究をこなしている環境で、自分だけが「できない状態である」ということを自分自身で認めることは大変辛いことです。また、「自分はできない」ということを人に知られることは非常に恥ずかしく感じる体験であるため、学生は、なかなかわからないことや難しいということを告白したり、聞いたりすることができません。

教員の対応としては、そのような学生の心理に理解を示しつつ、学生が聞きやすい環境を整えてあげることが重要です。具体的には、事例のようにサポート役の大学院生をつけることや、教員と個別の面談を定期的に行うなどして、学生がわからない部分を放置しないようにする工夫が考えられます。研究の糸口が見えたり、目的が定まるなど、研究が軌道に乗るようになると、学生も自信を取り戻し、自発的に質問したり、わからない部分をディスカッションすることへの抵抗が少なくなることがあります。

②具体的な到達点の設定

学生のレベルに合わせて、具体的な到達点を設定することが重要です。自信を失ってしまっている学生は、自分がどの程度までできているかという手ごたえが感じられず、「全く駄目だ」という無力感に陥っています。そのような場合は、学生と話し合い、具体的な到達点を示してあげることが有効です。「自分は何をやっていけばいいのか」ということについてある程度明

確になると、学生は少し冷静になり、精神的な安定を取り戻すきっかけになります。また、学生が自分自身で考えたり、出してきたアイディアは、なるべく評価し、学生が自分自身で考えられるようになることを支持していくことも重要です。

2-2 事例：研究室の人間関係の大切さを学んだ男子学生

理系大学院生のHくんは、成績優秀で、一人でコツコツと勉強することが得意でしたが、人と積極的にしかかわるということはありませんでした。しかし、大学院に所属するとなると、研究室にいる時間が一日のうちのほとんどになるため、研究以外の時間も研究室の人と共にするが増えてきます。食事や休憩時間も研究室の人と一緒にとったり、ゼミでのディスカッションの後に飲み会があったり、休日もレクリエーションをするなど、研究室の人と接しない日はない状態です。Hくんは、研究以外の場面で、研究室の人とどのように過ごしていいかわからず、一緒にいることが負担に感じられ、先輩や同期の学生から食事に誘われても断りつづけ、飲み会やレクリエーションは欠席することが多くなりました。すると、次第に研究室の中でも居場所がなくなり、何となく他のゼミ生から浮いているような感覚を持つようになりました。Hくんは一人で実験していても居心地が悪く、徐々に研究に集中できなくなってきました。困ったHくんは学生相談機関を訪れました。

Hくんは、カウンセラーと話していく中で、狭い人間関係の中で感じる戸惑いや苦痛をカウンセラーに語りつつ、一方で、負担だからということで、自分から人間関係を持つことを避けていたことにも気づき、自分自身も円滑な対人関係を築いていくような努力が必要だと感じました。そして、研究室の中でど

のようにふるまえばいいかカウンセラーと話し合い、少しずつ実行していきました。

（１）学生の理解

①研究空間とプライベート空間との重複

研究室で一日の大半を過ごす大学院生にとって、研究室は研究空間であると同時に、プライベートな空間も重複する部分があります。そのため、研究室の人同士で食事をとったり、雑談をしたりという、一息つくための行動を共にすることは、研究室での居場所づくりという点において重要な活動になります。研究室という場やそこでの人間関係に馴染んでいないことは、研究活動を支える環境をうまく整えられていないことを意味し、研究の遂行に悪影響を及ぼすことがあります。

②消極性と対人スキル不足

事例のHくんのように、もともと消極的な性格であったり、人と接するためのスキルの習得が不十分な学生がいます。そのような学生は、研究室の行事や研究室の人との付き合いが負担に感じられて避けてしまったり、研究室の人々との付き合い方が上手でないため周囲から孤立してしまうことがあります。

（２）教員の対応のポイント

①研究室になじみやすいような配慮

消極的な学生や対人スキルの不足している学生に対しては、その学生が孤立してしまわないように、少し配慮が必要です。たとえば、面倒見のいい先輩に学生の相談役をお願いしたり、研究室の仕事を別の学生と二人で担当させるなど、個人と個人

の付き合いから関係性を構築させていくような配慮が考えられます。また、教員の側からも学生に時々調子を聞くなど、気にかけていることを伝えることが大切です。研究の進み具合が良いからといって、問題ないと早急にみなしてしまわないことが重要です。

②逃げ込める場所をつくってあげる

研究室の人間関係の中では、距離が近いゆえになかなか話せないことや、言葉にできない思いなどを抱えていることがあります。研究室から離れて別の人に相談するなどでできればよいですが、そのようなことが難しい学生には、研究室での負担を吐き出せる場として、学生相談所などの相談機関をすすめてあげるのが良いかもしれません。カウンセラーとじっくり話すことは、抱え込んでいる気持ちを吐き出す機会であると同時に、ゆっくりとしたペースで、人と良い関係を持つことをトレーニングしていくことにもつながります。

引用・参考文献

- 鶴田和美（編） 2001 学生のための心理相談－大学カウンセラーからのメッセージ 培風館
- 鶴田和美・桐山雅子・吉田昇代・若山隆・杉村和美・加藤容子（編） 2010 事例から学ぶ学生相談 北大路書房

第7章 留学生

1 はじめに

日本の高等教育機関に在学する留学生の数は、約14万人（日本学生支援機構、平成22年5月1日現在）で、「留学生30万人計画」などによって、今後さらに増加する傾向にあります。しかし、留学生対象の相談室が設置されている大学はまだ少なく、留学生支援の充実の必要性が指摘されている現状です。

留学生と一口にいても、出身国、年齢、バックグラウンドなど、本当に多様です。こうした多様性は、それぞれの留学生の持つ強みであると同時に弱みでもあります。留学生を受け入れる教員・大学には、学生の持つ可能性を伸ばすとともに、修学ができるだけスムーズに進むよう、適切なサポートを行うことがますます求められるようになってきています。

2 留学生にかかわる相談と対応

事例：博士論文審査の直前に提出できなくなって困惑した留学生

文系大学院の博士3年の留学生Iさんが、「博士論文の審査の直前になって、指導教員のJ先生から、『今年度の提出はあきらめた方がよい』と言われて困っている」と学生相談機関を訪れました。Iさんは修士課程から今の研究室に所属していますが、留学当初から、Iさんが研究できと思っていたことと、J先生の専門との間には大きなずれがあり、研究内容について十分に指導してもらうことができていなかったそうです。それ

でもIさんは、なんとか修士論文を書き上げて博士課程に進学しましたが、その後の研究はなかなか進まない状態が続いていたそうです。Iさんによると、研究室の他の学生も似たような状況で、はじめは博士課程まで進もうと考えていても、途中で考えを変えて、研究室を離れてしまう学生も少なくないということです。Iさんは、ここまで続けてきたので、半年か1年在学期間を延長しても、なんとか学位は取得したいと希望していました。しかし、J先生に不信感も抱くようになってきており、延長したとしても学位が取得できるかどうか不安を感じていました。カウンセラーと話す中でIさんは、今の気持ちを思い切ってJ先生に伝えてみることにしました。するとJ先生は、そこまでIさんが追いつめられていたとは気づいていなくて申し訳ない、これからは来年度の学位取得に向けて積極的に協力する、と言ってくれました。Iさんは、このことを聞いて安心し、もう一度がんばりたいと気持ちを持ち直しました。

（１）学生の理解

①言語や文化の壁がある中でのコミュニケーション

留学生は、研究そのものへの取り組みに加えて、言語や文化の壁がある中での、研究室という環境への適応や、指導教員や他のメンバーとのコミュニケーションを求められています。留学生の適応にとって、コミュニケーションや対人関係は大きな役割を果たしており、留学生が学生相談機関に相談に訪れる場合には、何らかの形でこれらが問題に関与していることが多いようです。とくに、指導教員とのコミュニケーション不足は、学位取得についての認識の違いが生じる、研究指導への不信感につながるなど、深刻な問題につながりやすくなります。この

結果、時にはハラスメントの訴えに発展する場合があります。

指導教員に対して、はっきりと自己主張する留学生もいる一方、目上の人にはあまり自己主張をしない方がよいと考えている留学生もいます。留学生の側からも教員側からも必要なコミュニケーションが行われないと、お互いが憶測で行動することが増え、誤解が生じていても、なかなか解消されないまま時間が経過してしまうこともあります。留学生の不安を無暗に大きくさせないためには、十分なコミュニケーションをとり、お互いに誤解がないかどうかを確認しながら進めていくことが大切です。

②経済的な不安を中心とする生活上のストレス

多くの留学生は、慣れない生活環境の中で、経済的な不安を抱えながら、学業・研究に取り組んでいます。そうした生活上のストレスに加えて論文のストレスが加わることで、指導教員の態度に、「自分を修了させるつもりがないのではないか」といった、被害感を抱いてしまうこともあります。教員は、留学生がこのような状況におかれていることや、教員が気づかないうちに不安や不満を募らせてしまう可能性があることを、念頭において対応することが重要になります。

（２）教員の対応のポイント

①ミスマッチへの注意と十分なコミュニケーション

大学院においては特に、受け入れの段階から注意が必要になります。留学を希望する学生には、教員の専門と研究室で研究できることの限界を丁寧に説明し、できるだけ十分な了解を得ることが重要です。不十分な認識での留学は、留学生にとって

も教員にとっても望ましいものではありません。留学生相談室における学年ごとの相談内容について、大西（2008）は、在籍段階別でもっとも相談が多いのが大学院研究生で、来日してからミスマッチが判明する場合や、学力や日本語力が不十分な場合など、研究生段階ですでに進路について問題を抱える学生も少なからず存在するとしています。まずは、こうした相談が多いことを知っておくことが、問題を未然に防ぐことにつながるのではないかと思います。

留学生を受け入れた後は、学生と頻繁にコミュニケーションをとりながら指導を進めていくことが重要です。例えば、教員が、“本人に任せても大丈夫そうだ”と思って、「ミーティングの回数を減らしてみよう」と言ったとします。しかし、何の説明もなくそうされた留学生は、その意図を汲めずに、“先生は指導をしてくれなくなるのではないか、審査まで時間がないのに大丈夫なのか”と焦りを募らせていくかもしれません。指導の意図や今後の見通しを常にお互いに確認しながら進めていくことで、留学生は安心して学業に取り組むことができるのではないかと思います。また、難しい場合もあるかもしれませんが、学位取得の見通しについては、できるだけ早めの段階に、あいまいにではなくはっきりと伝えることが必要です。

②日常的な見守りと関係機関との連携

留学生の不適応防止のための対応として、「学生相談と留学生担当者の連携」、「問題を未然に防ぐための予防的アプローチ」、「言語や文化の問題に留意した多文化間カウンセリングによる対応」といった点が挙げられています（井上・伊藤，1998；伊藤・井上，1999）。また、留学生に危機的な状態が生じた場

合は、学内のさまざまな部署や教職員が関わって対応することが必要です。日頃から、留学生の様子を見守るとともに、留学生相談室（設置されている場合）、学生相談所、保健管理センターなどの学生相談・学生支援機関について把握しておき、何か心配な様子が見られたら、これらの機関と連携して対応するようにして下さい。

引用・参考文献

- 井上孝代・伊藤武彦 1998 留学生相談の実態と課題－全国高等教育機関の調査から 学生相談研究, 19(1), 22-31
- 伊藤武彦・井上孝代 1999 留学生の中途退学者の全国調査 学生相談研究, 20(1), 38-48
- 大西晶子 2008 留学生の利用しやすさに配慮した留学生相談活動 学生相談研究, 29(2), 113-127

第8章 こころの病気を抱える学生

1 はじめに

大学生の時期は、こころの病気が発症しやすい時期でもあります。こころの病気は、思考面、意欲面、そして感情面に影響を及ぼすため、大学生活の中で問題が生じることがあります。また、目立った症状が落ち着いた後も、慢性的な症状と長くつきあっていくことが必要になります。治療を受けながら学業を続けていく学生に対しては、教職員のサポートも大切になります。

2 こころの病気を抱える学生にかかわる相談と対応

事例：被害妄想を訴えた男子学生

文学学部2年生のKくんが、「授業の前後、他の学生が自分の悪口を言っている。留守中、アパートに盗聴器が仕掛けられたようで、いつも行動を監視されている」と相談にやってきました。周囲の雰囲気がおかしいことは以前から気づいていたが、最近ひどくなっているということで、ここ数日はほとんど眠れていないということでした。Kくんによると、Kくんは数か月前から所属するサークルの代表を任されているそうですが、そのころから周りの雰囲気がおかしくなったそうです。相談室にいても何かが気になる様子で、壁や天井をきょろきょろと見回しています。話の内容と本人の様子から、カウンセラーは、「睡眠不足と緊張でだいぶ疲れているようだから、一度、保健

管理センターの精神科を受診してみませんか」とすすめると、Kくんは「自分には必要ない」と抵抗しましたが、何度か学生相談機関で面接を重ねるうちに、受診を承諾しました。

しかしその後もKくんの状態は落ち着かず、ある週末に何度も家族に電話をかけて、尋常でない調子で被害的な内容を話し続け、もう死ぬしかないという発言をしたため、心配した家族が実家から駆けつけました。Kくんの憔悴しきった様子を見て、家族はKくんを病院へ連れていき、しばらく入院することになりました。

退院後、Kくんは再び学生相談機関を訪れました。「復学してまたがんばろうと思っているが、なかなか授業についていけない」とのことでした。カウンセラーが、この学期はリハビリのつもりで、無理をしないで少しずつやっいてこうと伝えと、Kくんは「病院の先生からもそう言われていたのに、自分はつい焦ってしまう。でもこれからは、無理しないように気をつけます。」と素直に応じました。

(1) 学生理解

①こころの病気について

こころの病気の中でも代表的な疾患である統合失調症は、およそ130人に1人の割合で発症する精神疾患で、大学生の時期(10代後半から20代前半)に最も多く発症するという特徴があります。病気の原因はいまだにはっきりと特定されていません。統合失調症の症状としては、幻聴(「悪口を言っている」)、被害妄想(「盗聴器で監視されている」「頭の中で考えていることがのぞかれている」)といった陽性症状と、意欲がわかず授業に出られない、朝起きられず昼夜逆転の生活になってしまう、

といった陰性症状があります。症状の内容や強さには個人差がありますが、一般に、陽性症状が治療によって回復した後も、陰性症状とは薬の服用を続けながら長くつきあっていくことが必要になります。

②大学生活の中で現れやすい問題

このような症状によって大学生活の中で現れやすい問題としては、大学に来なくなる（不登校）、単位修得状況が急に悪くなる、周囲の人とトラブルを起こす、アパートや寮でトラブルを起こす、自殺企図、などがあります。統合失調症による自殺企図は、妄想・幻聴によって行われる場合もありますし、回復期に将来を悲観して行われる場合もあります。

（１）教員の対応のポイント

①相談機関・医療機関につなげる

この病気の治療には、継続的な通院や服薬が必要になるため、早めに医療に結び付けることが重要になります。自発的に相談に来たり、家族や友人のすすめでやってきたりする学生もいますが、相談をすすめても行かない場合や、相談に来たとしても医療機関を受診することには抵抗を示す場合も多くあります。

しかしそのように治療に拒否的であっても、本人としては、幻聴や妄想に伴う緊張や不安、不眠等に悩んでいる場合がほとんどです。もし先生方がこのような学生に出会った時には、「そんな大変な状態では授業にも集中できないでしょう」、「眠れなくて、だいぶしんどいのでは」と、学業や学生生活、身体症状に問題が生じていることを理由に、相談をすすめるとよいのではないかと思います。本人がどうしても相談に行こうとし

ない場合は、まずは先生方が相談される方法もあるでしょう。

②治療を受けながら学業を続けていく上での支援

入院や自宅療養のために休学が必要となった場合は、ある程度回復したところで復学することになります。しかし多くの場合は、薬の服用を続けながら、リハビリテーションを兼ねての復学ということになります。治療しながら学業を続けていく上では、次のような問題が生じやすくなります。まずは、意欲の低下や行動性の低下などの症状が残ることが多く、さらに、薬の副作用として、眠気、だるさ、口の渇き、手の振るえなどが生じる場合があります。こうしたことから、授業中ぼーっとする、授業についていけない、レポートが書けないという問題が起こります。また、一人暮らしの場合、生活リズムが乱れて授業に出られなくなる、通院しなくなる、といった問題も生じます。

こうした問題となるべくうまくつきあっていくためには、授業の負担などは、最初は無理のない程度に抑え、回復のペースに合わせて徐々に増やしていけると、その後の安定した経過につながりやすいようです。逆に、復学直後からハイペースで飛ばしてしまうと、再び不調に陥りやすくなってしまいがちです。また、副作用を嫌って服薬しなくなったり、睡眠不足が重なったりしたことから再発する場合もあるので、注意して見守ることが必要です。

長めに在学して卒業に至るケースがある一方で、中退せざるをえないケースもあります。統合失調症の学生への“卒業をゴールとしない支援”のあり方について考察した山本・仁平（2009）は、「疾患に関する心理教育を行う」、「大学生活が要求するも

のと疾患とをうまく調整する努力を支援する」,「新たなアイデンティティ構築を支援する」という3段階からなる10ステップを提案しています。自らの疾患を理解し,新たな進路を模索するというプロセスは,家族の理解も重要で簡単なことではないのですが,「疾患」を「特徴や個性」と読み替えれば,キャリア・カウンセリングの視点とも共通し,統合失調症以外の学生の支援にも求められる大切な内容です。

引用・参考文献

- 福田真也 2007 大学教職員のための大学生のこころのケア・ガイドブック 金剛出版
- 山本佳子・仁平義明 2009 統合失調症の大学生に対する卒業をゴールとしない支援 学生相談研究, 30, 12-22

第9章 不登校・ひきこもりの学生

1 はじめに

近年、不登校・ひきこもりの学生の問題はめずらしいことではなくなってきました。全国的な実態調査によると、不登校・ひきこもりの大学生は0.7～2.9%（全国の大学生約280万人中2.0～8.1万人）程度いると推定されています（水田ら，2011）。不登校やひきこもりに至るきっかけや時期は様々ですが、数ヶ月から、ときには数年にわたって、大学から遠ざかっている場合もあります。

2 不登校・ひきこもりの学生にかかわる相談と対応

事例：生活リズムが乱れて大学へ行かなくなった男子学生

文系学部2年のLくんが、母親に伴われて学生相談機関にやってきました。Lくんは、1年生の後期の途中から授業を休みがちになり、2年生の前期・後期とも、授業の登録だけはしたものの、ほとんど出席していないということです。Lくんによると、授業に行っていないときは、家でゲームやネットをしていることが多いそうで、ほぼ昼夜逆転した生活をしていた時期もあったそうです。授業を登録するときは、今度こそがんばろうと思って、2週間ほどは出席したそうですが、しだいに生活リズムが乱れてきて、立て直せなくなってしまったということでした。また、もともと人づき合いが苦手だったそうですが、授業を休みがちになってから、周りの目が気になるようになって

たということです。とりあえずレポートだけでも出そうと考えた科目もあったそうですが、知り合いにノートを貸してほしいと頼むこともできず、課題に一から取り組もうとして、結局1行も書けずに挫折してしまったそうです。カウンセラーは、今後の授業はできるだけ出席して、試験やレポートもとりあえず最後までやってみることや、援助を頼めそうな友人からは力を借りてみることを提案しました。Lくんはその後、生活リズムが崩れてしまうことが何度かありましたがその都度立て直し、なんとかその学期を最後までやり終えました。

（1）学生の理解

①生活リズムの自律の難しさ

大学生の最初の課題のひとつは、自律的な生活を送ることです。しかし、特に一人暮らしの学生の中には、ついつい生活がルーズになり、夜更かしをし、朝起きられない状態が続いて、授業を休みがちになる学生もいます。ゲームやネットとも、ほどほどにつきあえているうちはいいのですが、依存的な状態になったり、学業から目をそらすために使うようになったりすると、そこから抜け出して生活リズムを立て直すことが難しくなるようです。

②完全主義、他者からの評価に敏感

不登校・ひきこもりに至る学生の特徴として、完全主義・強迫的傾向や、他者からの評価に敏感な傾向が多くみられます。完全主義の傾向が強いと、例えば、講義を1回でも欠席したら試験を受けても仕方がないとか、テーマに沿って良く書けたレポートでないと出しても意味がないと考えてしまうことがあ

ります。高い目標を柔軟に変更できず、自分に厳しい傾向が強すぎるために、一度休み始めるとなかなか抜け出せなくなってしまいます。また、他者からの評価に敏感でありすぎることで、わからないことをちょっと他の人に聞くということが難しくなったり、周りの目が気になって身動きがとれなくなったりしてしまいやすくなります。不登校・引きこもりの学生の多くは、大学に行けていない自分に強い劣等感や罪悪感を抱いているため、対人恐怖やうつ状態につながることもあります。このような学生の多くは、高校までは成績が優秀で、対人関係にも大きな問題はなく、目立った挫折体験はなかったということも少なくありません。しかしその反面、自主的に勉強するといった習慣や、困ったときに友人に助けを求めるといった対人スキルがあまり身についていない場合もあります。

（２）教員の対応のポイント

①履修状況の把握と本人への連絡

低年次の学生の場合、単位があまりとれていない状況がわかることによって、学生への働きかけや家族への連絡が行われることになることが多いでしょう。もし、アドバイザー教員等の立場で本人と連絡をとって話すことになった場合は、ゆっくりと本人の話を聞いてみてください。履修状況にもよりますが、今からでも十分挽回できるということを伝えることで、学業に取り組む意欲につながることもあります。

事例とは異なりますが、高年次の学生で研究室に配属されている場合は、教員が不登校に気づきやすくなります。このような場合、本人へ連絡をとってみて、応じる場合は、話を聞いてみてください。その中で、本人が不安に感じている点が明確に

なり（例えば、研究の進め方や先輩との関係）、教員側でなんらかの対応（研究テーマの変更など）が可能である場合は、そうした可能性について本人と話をしていただけると、本人の安心感が増すものです。

②見守るという対応

不登校・ひきこもりは、そうすることが本人にとって必要な時間である場合もあります。そのような場合は、学生相談機関や休学などの情報を伝えたら当面は見守り、学期の区切りの時期などに連絡をとってみることにする、といった対応も考えられます。

③相談機関との連携

本人へ相談機関をすすめても一人では行かない場合は、本人の了承を得て、教員が同行するとよいと思います。ただし、本人の相談への意欲が低いうちは、その後の面接が続かないこともあります。しかし、時間が経って動機づけが高まって再び相談に訪れる場合もありますので、相談機関へつなげておく意味はあります。

相談が継続した場合も、なんらかのきっかけで落ち込んだり、朝起きられなくなったりしたことから、再び休みがちになることも少なくありません。対応する際は、こうした波があるということはある程度想定して、その都度、目標の修正や生活リズムの立て直しを援助していくことが必要になります。

不登校・ひきこもりをどこまで見守り、どのくらい積極的に介入するかは判断に迷うことも多いと思います。不登校・ひきこもりの学生にとって、大学に戻ることで目標となるとも

限らないのですが，教員と相談機関の連携がうまくいき，本人が相談につながった場合は，つながらなかった場合よりも，大学に戻り卒業にこぎつける場合が多いようです．また，どのような進路をとっていくにしても，不登校・ひきこもりという期間が，その学生にとって単なる「空白」の時間ではなく，将来につながるための「間」の時間になる（吉良，2010）ためには，関係する教職員が必要な関わりをもっていくことが大切になります．

引用文献

- 福田真也 2007 大学教職員のための大学生のこころのケア・ガイドブック 金剛出版
- 吉良安之 2010 修学に関する相談 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 71-74
- 水田一郎・石谷真一・安住伸子 2011 大学における不登校・ひきこもりに対する支援の実態と今後の課題 学生相談研究, 32(1), 23-35

第10章 自傷・自殺

1 はじめに

学生の中には、「死にたい」、「生きるのが嫌になった」と訴えてくる人がいます。また時には、衝動的に自分自身を傷つけたり（自傷行為）、死に向かうような行動を実行してしまう学生もいます。警察庁の統計によると、平成22年のうちに自殺により亡くなった大学生は513名に上ります。この数は、1万人当たりおよそ1.5人程度の自殺率を示しており、大規模な大学ならば年間1人以上の学生は自殺により命を落としていることになります。また実行に移すことはなくても、自殺を考えたりする人はその何倍もいることが想定されます。東北大学が隔年で実施している学生生活調査によると、平成21年度の調査では、調査に協力した2,820名の学生のうち、自殺について「一瞬でも考えた」と回答した学生は、学部生では19%、大学院生では21%でした。これらの事を考えると、大学教員は常に学生の自傷や自殺の問題は起こりうるということに注意しつつ、学生対応に臨まなければならないと思われます。

2 自傷・自殺にかかわる相談と対応

事例：進級が危うくなり精神的に追い詰められた男子学生

学期末テストが近づいたころ、文系学部2年のMくんは学生相談機関を訪れました。表情は暗く、非常に疲れているようでした。最近大学には行っておらず、今学期の単位を落として

しまいそうだと訴えます。しかも、今学期は進級に影響するような専門科目をいくつか履修しており、それらを落とすと留年が決まってしまうとのことです。大学に行けなくなったきっかけは、深夜のコンビニでアルバイトを始め、生活リズムが崩れてしまい、朝起きられなくなったとのことでした。これではいけない思い、バイトはすぐにやめましたが、いったん休んでしまおうとなかなか大学に行きにくくなってしまいました。

大学を休んでしまった日は、「また休んでしまった」と自分を責め続け、「このままではいけない」と焦りやプレッシャーを強く感じてしまうとのことです。最近ほとんど眠れていない様子で、ふと、「もうどうしていいか分からなくなった。死にたい…。」と力なくつぶやきました。心配になったカウンセラーは、Mくんのいっばいいいばいな気持ちを十分に汲みながら、「死にたい気持ち」がどの程度であるのかについて伺うと、Mくんは「今朝ベルトで軽く首を絞めてしまった」と答えました。カウンセラーは、緊急の対応が必要と判断し、本人を説得して、保護者と学部のアドバイザー教員に連絡をとりました。そして、自殺行為に走るのを防ぐため、すぐに帰省することをすすめる。両親の迎えを待ってしばらく実家で過ごさせることにしました。Mくんははじめ帰省することを拒んでいましたが、このままの状態にいることはよくないということは理解しており、カウンセラーや両親の説得を受けてひとまず2週間帰省することを決め、その日のうちに帰省しました。

帰省後、Mくんは、精神科を受診し、睡眠と気分を改善するお薬を処方してもらいました。Mくんは初めの2～3日は落ち込んでいる様子でしたが、毎日眠れるようになり、しばらくすると表情に明るさがみられるようになりました。その間、学

部のアドバイザー教員は、教務委員の先生や教務係の人と連絡をとり、Mくんの進級に関わるような授業の出席状況を確認し、どの授業をあと何回出席すればいいのか、レポートや再試験で対応してくれる授業があるのかななどを調べて、本人に伝えました。Mくんは、具体的な方法がわかり、それが実現可能な程度であったため、やる気を取り戻し、2週間後学校に復帰し、レポートや再試験を受け何とか進級することができました。その後、相談機関に来談した時のことを振り返り、「あの時は追い詰められて周りが見えなくなっていた。テストが心配だったけど、いったん帰省することが決まった時は正直ほっとした」と語っています。

（１）学生の理解

①自傷や「死にたい気持ち」の告白はSOSのサイン

自傷行為や「死にたい」と訴えられると、誰でも驚いたり、不安になったりするものです。そして、訴えられた側は、相手の死にたい気持ちを否定しようとしてしまったり、「命を大事にしろ」と叱りつけたくなったりします。また、死に関する話をする、自殺衝動を高めてしまうのではないかと危惧することもあるかと思います。しかし、死をほのめかす言動は、「助けて」というSOSのサインです。訴えられた側は、「助けて」というサインを出しているということを見逃さずに受け止めることが重要です。また、死んだほうが楽になってしまうほどの苦しさや、死を考えてしまうほど絶望しているという心情は、言葉にできたほうが「死にたい」という気持ちが落ち着くことがあります。むしろ、そのような心情を一人で抱えてしまい、最後まで言えなかった場合、死に向かって行動を起こしてしま

う場合が少なくありません。

②精神状態によって物事のとらえ方は変わる

気分が落ち込んでいる精神状態では、考え方や物事のとらえ方が否定的な方向に歪んでしまいます。抱えている問題に対して、自分ではどうしようもないという無力感やこんなこともできない自分はダメだという自己否定感が高まり、自分に期待してくれていた周囲の人々への申し訳なさから自分を責め始めます。すると、ますます気分が低下し、どんどん精神的に追い込まれるという悪循環が生じます。

このような悪循環にはまると、周囲の人から見るとそれほどでもないと思えることでも、当事者からすると絶望的に感じられ、そこから逃れるための手段として「死」を考えてしまうのです。

事例のMくんのように眠れないという状態に陥ると特に危険です。眠れない状態はうつ的な気分を強めるからです。悪循環にはまりこんでしまっている精神状態の時は、まずはいろいろ考え込んでしまう場から脱して、落ち着く環境に身を置き、悪循環の元を断ち切ることが大切です。

（２）教職員の対応のポイント

①まずはしっかり聞くこと

学生が身近な教員に、「死にたい」という気持ちを訴えてきたり、自傷行為を告白してきたりすることは珍しいことではありません。死をほのめかすような言動に対しては、「自分を大切にしなければいけない」と説教したり、「そんなことは考えずに頑張ろう」と励ましたりしたくなるのが自然な反応です。

しかし、精神的に追い詰められている学生にとっては、教員のそのような態度が「やはり理解してもらえなかった」と絶望感を強める方向に働きやすいのです。

まずは、ゆっくりと相手の話を聴いてあげることが大切です。そして落ち着くまでは一緒にいてあげてください。命に関することは、専門家でもない自分には重すぎると思い、すぐにカウンセリングや精神科に行くように指示することも危険です。学生がわざわざ話してきたということは、何らかの期待があるからであり、その時に真剣に向き合わないと「拒否された」と感じて、死に迫いやることにつながりかねません。

②関係機関との連携

十分に学生話を聴いた後で、学内の相談機関や医療機関を紹介してください。学生が了承するなら、なるべく同行するほうがよいでしょう。その後の学生への支援については、保護者や相談機関、指導教員、部局の教務係、などと連携をとって対応していくことが大切です。

③本人がひとまず落ち着ける環境に身を置くこと

自殺の危険性が高い場合は、帰省をすすめるなど、しばらく現実の問題から距離を置けるような対応が必要です。危険性が高いかどうかの判定は、『死』についてどの程度まで具体的に考えているか」を直接本人に問うことです。何となく考えてしまうだけなのか、具体的な実行計画を立てているのか、実際に実行してみたことがあるのか、など実現性の高さを見極めます。このような質問は、聞くことがはばかれるように感じられるかもしれませんが、自殺について考えてしまう状態の人は、素

直に答えてくれることがほとんどです。

④復帰時の配慮

学生が元気になって復帰する時、遅れを取り戻そうと、焦ってしまいがちですが、それは危険です。いきなり元通りのペースで学業や研究を始めようとする、すぐに息切れして、再び破綻してしまうということが起こります。復帰時は、最も元気が高まっている状態なので、しばらくすると疲れてきたり、思っていたようには上手くいかないことがあるということを事前に伝えておき、3か月～半年程度かけてゆっくり復帰していくということを方針に据えることが大切です。

第11章 ハラスメント

1 はじめに

大学で問題となるハラスメントは大きく分けて、セクシャル・ハラスメント（「他人を不快にさせる性的な言動」）とアカデミック・ハラスメント（「大学の構成員が、職務上、教育・研究上の優越的地位を利用して、不当な言動を行うこと」）の2つがあります（以下表11-1参照）。いずれのハラスメントも、被害を受けた学生は、精神的に大きなダメージを被ります。しかしながら、教員と学生のような力関係がある場合は、学生はなかなか被害を訴えることができず、我慢したり耐えたりしていることが多いものです。ハラスメント被害を抱える学生が相談に来た時には、悩んだ末にやっとの思いで相談したということに理解を示し、対応には慎重な配慮が必要になります。

表 11-1 ハラスメントになりうる例
（東北大学ハラスメント全学防止委員会による）

Ⅰ. セクシャル・ハラスメント	
・ 教員から個人的付き合いや性的関係を強要する	
・ 執拗に食事やデートに誘う。自宅に送迎しようとする。頻繁に電話、手紙、メールを繰り返す	
・ 出張や学会への同行を強要したり、出張先で不必要に自室に呼んだりする	
・ 身体や髪、服に不必要に接触する	
・ 性的な噂やひわいな冗談を交わす	
・ ひわいな写真や文書（雑誌、PCの画面等）をわざとみせたり、学内のパソコン上にひわいな画像を表示する	
・ 身体の上から下まで執拗に眺めまわしたり、目で追ったりする	
・ 酒席の場で、隣に座ることやお酌をすることなどを強要する	
Ⅱ. アカデミック・ハラスメント	
・ 必要な教育・研究指導を一切行わない	
・ 常識的に不可能な課題達成を強要する	
・ 「私が卒業させないぞ」など、自分が評価を左右するとの脅かしの発言をする	
・ 研究発表活動を不当に制限する	
・ 業績やアイデアを不当に帰属する	
・ 業務に関して著しく不公平、不当な評価を行う	
・ 人格を全面的に否定するような発言をする	
・ 教育・研究・就業とは関係ない場での私的関係を強く要求する	
・ 当然加わるべき研究や教育チームから不当に排除する	
・ 昇進や評価を左右する権限をもっていると必要以上に発言する	
・ 正当な理由なく授業を担当させない、学生の指導を行わせない	

2 ハラスメントにかかわる相談と対応

事例：教授の言動に傷ついた女子学生

理系大学院の修士2年生のNさんは、指導教員のO教授の対応に悩み、ハラスメント相談窓口にやってきました。O教授の研究室は、最先端の技術を用いて、学内でも特に優れた研究成果を上げている研究室です。Nさんも最先端の技術を身につけようと、他大学から大学院受験をし、O研究室に移ってきました。優れた研究成果を上げているだけあって、研究のペースは速く、やることはいっぱいです。さらに、指導教員のO教授は次々に課題を与え、どんどん発破をかけてくる先生です。

Nさんは、ここ1年、一生懸命ついていこうと、頑張ってきましたが、やればやるだけ課題が降ってくるような状態でした。しかも、到底こなせる量ではないような課題も平気で要求されます。例えば、先日は、データを出すまでに時間のかかる実験を1週間以内に仕上げるようにとの指示を受けました。「とても1週間では無理です。もう少し時間をいただけませんか？」とNさんはO教授に恐る恐る伺ってみたところ、「そんなことを言うなんて、君にはがっかりだ。1週間くらい寝なくても人間は大丈夫だから、寝ないでやればいいじゃないか。こんなことができないようじゃあ、君は修了させられないよ」と言われてしまいました。

修了できないのは困るので、仕方なく頑張り続けたNさんでしたが、疲労がたまり、ある日大学を休んでしまいました。するとO教授から、「今すぐ大学に来るように」と電話がかかってきました。Nさんは、どうしても動けない旨を伝えその日は休ませてもらいましたが、後日研究室に顔を出すと、O教授から「少々の体調不良くらいで休まれては困るよ。君は本当に自

分勝手なんだから。そんな調子じゃあ、君は社会に出ても役に立たないよ」と怒られてしまいました。もうO教授の下ではやっていけないと感じたNさんは、指導教員を変えてほしいという希望とO教授の言動に深く傷つけられたとして、ハラスメントの申し立てを行うことに決めました。

（１）問題の理解

①行き過ぎた言動

学生のやる気を刺激するため、プレッシャーや発破をかけるということは、指導上、時に必要なことがあるかもしれません。しかし、学生自身の人格を否定するような発言や、「修了させない」のような不当な発言は、ハラスメントにつながります。教員と学生という立場上の上下関係が存在する以上、教員の発言は、学生にとって大きな影響力を持ちます。そのため、たとえば学生にもう少し危機感を持ってほしいというような指導上の意図があったとしても、教員の「修了させない」というような発言は、学生を強く不安にさせることになります。

②修学上の不当な要求

到底できないような課題を課したりすることもハラスメントにつながる行為です。特に、他研究室や他大学から入学してきた学生の場合には、新しい研究室のやり方にはなじんでいないため、一つ一つの課題をこなすためには、どうしても時間がかかってしまうものです。教員側の基準に学生を合わせようとし過ぎることには注意が必要です。

（２）教員の対応のポイント

①じっくり話を聞く

教員が学生からハラスメントの相談を持ちかけられることがあります。その場合の対応として、まずは、学生の訴えがハラスメントに該当するかどうかというような判断はせずに、学生の話をつじっくり聞くことが重要です。客観的な事実よりも、学生がどのように感じているかということが大切です。「どうして自分から嫌だと言わないの」や「あなたにも悪い部分はある」のような、学生を責めるような発言はしないように注意してください。

②学生がどうしたいのかを確認する

学生話を十分に聞くと同時に、学生自身がどうしたいのかを確認することが重要です。ただ話を聞いてほしかったのか、何らかの解決手段を一緒に考えてほしいのか、相手を処分してほしいと望んでいるのかなど、学生が何を求めているのかを理解しようとしながら話を聞いてください。

③必要があれば相談機関を紹介する

困ってはいるが、学生自身もどうしたいのかははっきり決められないことがあります。また、具体的な解決や処分を求めているが、そのような行動に出ていいものかどうか迷っている場合もあります。そのような場合は、学内の相談機関などの活用をすすめてください。

引用・参考文献

第8回東北大学学生生活実態調査委員会 2011 平成21年

度東北大学学生生活調査のまとめ東北大学高等教育開発推進センター

福田真也 2007 大学教員のための大学生のこころのケア・ガイドブック 金剛出版

警視庁統計 2010 平成22年中における自殺の概要資料

<http://www.npa.go.jp/toukei/index.htm>

東北大学ハラスメント全学防止対策委員会 ハラスメント防止等規定・ガイドライン <http://www.bureau.tohoku.ac.jp/jinji/>

第12章 発達障害学生にかかわる相談と対応

1 「発達障害学生なんてこの大学にいるわけない」？！ 思い込みと無関心

「偏差値の高い大学に、発達障害の学生なんかいるわけないでしょ」。このようなせりふを口にされる教職員に時々出会います。いえいえ、そんなことはありません。これはその教職員が、発達障害という言葉の意味を間違えて理解しているか、その教職員がたまたまそのような学生と直接出合ったこともないし、周囲の教職員からもそのような学生との出会いについて聞いたことがないか、ということでしょう。

発達障害は、脳機能の障害で、行動や思考の偏りがみられることが特徴です。学力の偏差値が高いか低いか、知的なレベルが高いか低いか、といったような違いは、発達障害があるかどうかには関係がありません。逆に言うと、発達障害者のなかには、知的レベルが高いひともいれば低いひともいるということなのです。発達障害のうち東北大学で出会うことが多いであろう自閉症スペクトラム障害について、その診断基準をみてみましょう（表12-1と表12-2）。ご覧のとおり、「知能指数が…」などの内容は全く書かれてはいません。発達障害について正しく理解していただけると、「大学にいるわけない」とは言えなくなるのがおわかりいただけるでしょう。

表 12-1 発達障害の定義

発達障害とは、「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥/多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発言するもの」（発達障害者支援法、2005年）です。これらのうち、東北大学で出会う発達障害学生の多くは、自閉症、アスペルガー症候群、広汎性発達障害であるため、ここではこれらの障害を中心にとりあげています。なお、自閉症・アスペルガー症候群・広汎性発達障害は、国際診断基準の改訂版では「自閉症スペクトラム障害」という診断名に含まれていくことになっています。したがって、本書ではこの診断名を用いて記述しています。

表 12-2 自閉症スペクトラム障害の定義（文部科学省による）

3歳くらいまでに現れ、①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く特定のものにこだわること、を特徴とする。

実際、ここ数年、「発達障害という診断をされているんですけど、東北大学ではそのような学生への支援体制って整っているんですか？」という保護者からの問い合わせを受けることが多くなりました。また、当事者学生からは「この春から東北大学に入学することになったもので、実は僕はアスペルガー障害なんですけど、発達障害の学生の専門の相談窓口ってないんですか？」という質問もあります。これらへの答えは現時点では残念ながらNOと答えるしかありません。障害のある学生が、障害が理由で入学を断られることはないでしょう。しかし、東北大学には、障害のある学生の支援窓口は、現在のところはありません。入学後の支援体制が整っていなければ、事実上入学を歓迎していないことになります。これでは発達障害学生に対して「門戸開放」されているとはいえないでしょう。

では、国内外の大学においては、障害学生相談機関はどのような設置状況なのでしょう。これを一覧表にまとめたものを表12-3に示します。これをみると、実際に、世界トップ30に

入る諸外国の大学においても、発達障害学生をめぐって相談体制の在り方が学生支援のひとつのテーマになっていることがわかります。このような動きを追うかたちで、近年、国内の高等教育においても発達障害学生支援がとりあげられるようになってきました。

日本学生支援機構の調査結果をみると、診断書のある発達障害学生は平成22年度では1,964名で前年度の3倍以上増えており、診断書はないけれども発達障害である学生は前年度の1,252名から2,755名に倍増以上していることが示されています。そして今後も診断名をもった学生がどんどん入学してくる時代に入っていくことが予想されています。このことへの現実的対応として、センター試験に受験特別措置で初めて「発達障害」の区分が入ったことをあげることができます。平成23年度のセンター試験では実際に特別措置を受けた受験生は95名でした(入試センタープレス発表)。この数は、これまでの病弱や視覚障害の2倍近い人数となっており、今後はもっと増える見込みです。このように受験段階から発達障害への支援はスタートしており、大学の「入り口」での支援は進んでいます。にもかかわらず、入学後の大学の対応は、遅れているといえるでしょう。大学にはこのような診断名のある学生が在籍しているという前提のもとに学生支援に取り組むことは今や当然のこととなりつつあります。

表 12-3 THE-QS世界大学ランキング2008の上位30校にみる障害学生への
支援状況

順位	大学名／国名	視覚障 害	聴覚障 害	身体障 害	内部障 害	発達障害		精神障 害	担当部署
						学習障 害	A D H D		
1	Havard University／米国	○	○	○		○	○	○	Office of the Disability Coordinator(University Disability Coodinator) and Local Disability Coordinators
2	Yale University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Resource Office on Disabilities
3	University of Cambridge／英国	○	○	○	○	○		○	Disability Resource Centre
4	University of Oxford／英国	○	○	○	○	○		○	University Disability Office
5	California Institute of Technology／米国								Dean of Students Office
6	Imperial College London／英国	○	○	○	○	○	○	○	Disability Advisory Service
7	University College London／英国	○	○	○	○	○		○	UCL Disability Services
8	University of Chicago／米国	○	○	○	○	○		○	Student Disability Services
9	Massachusetts Institute of Technology／米 国	○	○	○	○	○	○	○	Disability Services Office
10	Columbia University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Office of Disability Services
11	University of Pennsylvania／米国	○	○	○	○	○	○	○	Office of Student Disabilities Services
12	Princeton University／米国	○	○	○		○	○		Office of Disabilities Services
13	Duke University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Student Disability Access Office
14	Johns Hopkins University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Office of Student Disability Services
15	Cornell University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Student Disability Services
16	AUSTRALIAN National University／オー ストラリア	○	○	○	○			○	Disability Services Centre
17	STANFORD University／米国	○	○	○		○	○		Office of Accessible Education, Diversity & Access Office
18	University of Michigan／米国*	○	○	○	○	○	○	○	Services for Students with Disabilities
19	University of Tokyo／日本	○	○	○	○	○	○	○	バリアフリー支援室
20	McGill University／カナダ*	○	○	○	○	○			Office for Students with Disabilities
21	Carnegie Mellon University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Equal Opportunity Services
22	King's College London／英国	○	○	○	○	○			Disability Support Office
23	University of Edinburgh／英国*	○	○	○	○	○	○	○	Disability Office
24	ETH Zurich(Swiss Federal Institute of Technology)／スイス	special needs とのみ記載							Disability Resource Center
25	Kyoto University／日本*	○	○	○	○	○	○	○	身体障害学生相談室
26	University of Hong Kong／香港	○							Centre of Development and Resources for Students
27	Brown University／米国	○	○	○	○	○	○	○	Disability Support Services
28	Ecole Normale Supérieure, Paris／スランス								
29	University of Manchester／英国	○	○	○	○	○		○	Disability Support Office
30	National University of Singapore／シンガ ポール								Office of the Disability Coordinator (University Disability Coordinator) and Local Disability Coordinators**

*：一時的な健康状態の悪化や怪我にも障害サービスの枠組みで対応。
**：health centreでカウンセリングを行う。

2 「社会はどう取り組んでいるのか？」 発達障害をめぐる法的整備

上述のような教育分野での動向の背景となっている、法的整備等について紹介しましょう。まずは、2004年12月の発達障害者支援法の成立です。ここには『大学および高等専門学校は、発達障害者の障害の状態に応じ、適切な教育上の配慮をするものとする』と書かれています。そして2006年4月の学校教育施行規則の改正により、通級による指導の対象に発達障害等が加わり、2010年12月の障害者自立支援法の改正によって、対象として発達障害が明記されました。また、2011年1月に実施された大学入試センター試験から、受験特別措置の障害区分に新たに発達障害が追加されています。一番最近の動きとしては、2011年8月に公布・施行された障害者基本法の改正案です。障害者基本法とは、我が国の障害者支援の原則を定めた基本的な法律です。その法律のなかに、はじめて「発達障害者」が含まれました。具体的には、この法律における障害者の定義を、「身体障害、知的障害、精神障害（発達障害を含む）…（以下、省略）」とし、発達障害が精神障害に含まれることを明記する形で、発達障害を障害者基本法の対象として追加されたということです（図12-1）。

このように発達障害者の教育や福祉をめぐる社会的理解は動いてきています。当然のことながら大学もこのような社会の流れに位置づいていくことが求められています。偏見と無関心は、教職員であるあなた自身のニーズにすら気が付かないことへつながってしまいます。愛の反対は無関心。今どのような学生にとって何が求められているか、愛をもった人間教育を担う教職

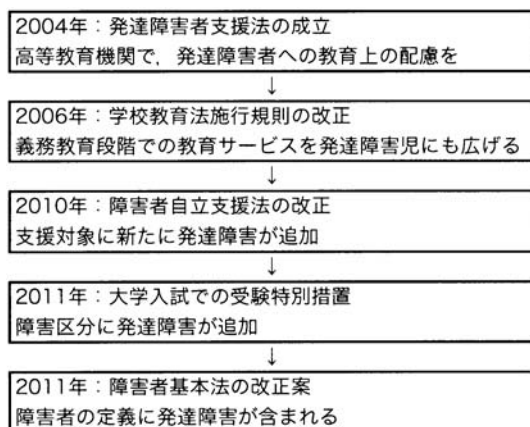


図 12-1 発達障害者支援に関する社会的動向

員として一社会人として、社会的動向にも常に敏感でいたいものです。

3 「“困っている”のは誰？」 発達障害学生の困りとその支援

・自己理解チェックリスト

発達障害のある学生のなかには、修学や対人関係、学生生活のなかで困っていることに自覚がない場合も少なくありません。とすると、自分が何に困っているのか、それを解決するためにどのようにしてほしいのかなど、うまく説明したり相談したりすることができないという事態になります。発達障害がある場合には、自己理解の難しさがみられることは多くの研究でも指摘されています。つまりSOSを的確に発信することが少し苦手

な学生だといえます。

そこで、自分にどのような特性があるのか、学生自身がチェックできるリストをご紹介します。これは、発達障害の専門家が発達障害学生と面接するなかで経験してきた内容をもとに、大学・短期大学・高等専門学校 of 学生向けにつくられたリストです（表12-4-1と表12-4-2）。このようなチェックリストを学生本人と一緒に検討するなどしながら、学生の自己理解を深めるということも、発達障害のある学生に対する支援のひとつです。

・発達障害学生の困りと支援

では、発達障害のある学生は実際にどのような困り感をもち、それに対してどのような支援が求められるのでしょうか。単位を落としてしまうといった学習面，生活リズムを作ったり金銭の管理がなかなかできないといった生活面，ジョブ・マッチングの問題といった就職活動面などにわけられますが，ここでは学習面に焦点をあてて説明しましょう。

表 12- 4 - 1 困り具合に関するセルフチェックリストと推定される障害の
対応表

No.	項 目	とても 困って いる	割と 困って いる	あまり 困って いない	全く 困って いない	LD	ADHD	HFA
1	誤字、脱字が多い					○		
2	手書きで文字を書くのがとても遅い、または文字を上手に書くことができない					○		
3	文字を読むことが苦手だ					○		
4	本を読むのに時間がかかる					○		
5	計算が苦手だ					○		
6	講義を聴きながらノートを取ることができない					○	△	△
7	教員の指示を聞き逃すことが多い					△	○	
8	レポートや宿題を期日までに仕上げられないことが多い						○	
9	90分集中して授業を受けることが苦痛である						○	
10	聞く人・読む人がわかりやすいように考えを整理して話したり、文章にしたりすることが苦手だ					△		○
11	どんな科目を履修すればよいのかわからない							○
12	自分の意見を交えてレポートを書くことが苦手だ							○
13	実験や実習に参加することに苦痛を感じる							○
14	ざわざわした教室にいるのは耐えられない							○
15	シラバスと違う授業だったり、突然予定が変更されると納得できない							○
16	整理整頓が苦手だ						○	
17	諸手続の期日を忘れてしまうことが多い						○	
18	物忘れ、紛失物が多い						○	
19	約束した時間に遅れることが多い						○	
20	掲示物や配布物に気づかない、もしくは忘れてしまうことが多い					△		
21	衝動買いの傾向がある						○	
22	学業、サークル、アルバイトなどから何を優先すべきかを判断することが難しい						○	○
23	二つ以上の作業を同時にこなそうとするとすごく混乱する							○
24	授業と授業の間で時間ができると時間をつぶすのに困る							○
25	クラスメート等とトラブルになることが多い						○	○
26	約束を守れなかったり、忘れたりすることが多い						○	
27	人と会話することが苦手だ							○
28	思い込みが激しいとよく人から言われる							○
29	他の人が考えていることを理解するのが苦手だ							○
30	周囲の人が言っていることをうまく理解していないように感じる							○
31	納得するまで質問する等、人から「しつこい」とよく言われる							○
32	クラスメートの顔と名前を一致させることがなかなかできない							○
33	カッとしやすい						○	
34	衝動的に物品を壊すことがある						○	
35	自分はダメな人間だと思いがちである					△	△	△
36	気分が沈みがちである					△	△	△
37	周りから孤立していると感じる					△	△	△
38	将来のことを考えると不安だ					△	△	△

注1) 本項目は、本人がどのようなことに困っているかをチェックしてもらうもので
す。特徴を示していても本人は困っていないこともあります。

注2) 調査等に認められた項目から作成していますが、検証はまだしておりません。

表 12- 4 - 2 面接場面で観察できる事柄と推定される障害の対応表

No.	項目	LD	ADHD	HFA
1	読字・脱字が多い	○		
2	手書きで文字を書くのがとても遅い、または文字を上手に書くことができない	○		
3	次々に話の話題を変わり、一方的に話をする		○	
4	こちらの質問が終わるのを待たずに、出し抜けに話し出す		○	
5	面接の時間に遅れたり、面接を忘れてしまうことが多い		○	
6	座っていても体の一部をどこか動かしている		○	
7	約束していないのに突然面接を訪れる		△	○
8	分かりやすく整理して話すことができない		△	○
9	何度も同じ質問を繰り返す			○
10	視線が合わない、なんとなく態度が固い			○
11	こちらの反応に関係なく、自分の興味のあることを話し始める			○
12	話が的を射ていない			○

表12- 4 - 1 及び表12- 4 - 2 中の略号の意味

LD：学習障害 ADHD：注意欠陥/多動性障害 HFA：高機能自閉症

入試を突破して入学してきたのだから、大学での授業にもついていけるだろうと思われがちですが、実際には、入試を無事にきりぬけてきた発達障害学生が入学後に急に授業についていけなくなり単位を修得できなくなるということが起きます。それは、中学・高校までの学習の質が、大学では大きく変化するからです。大学入学後は、時間割を自らたて、授業では討論や論文、実験、実習など、学生ひとりひとりが主体的に学び取っていく課題が増えていきます。このような質の学習は、発達障害学生にとっては大変混乱しやすい状況となります。

大学での学習は、授業の履修登録をすることから始まります。発達障害のある学生にとっては、大学の履修規程を理解して、自主的に時間割を組み立て、期日までに登録手続きを正確に行うのは、大変難しいのです。ここには、授業をとりすぎる、興味のある科目だけを選択し必修科目などの進級に必要な科目への履修登録をしない、履修登録の仕方を間違えたり、その提出期日を忘れてたり知らなかったりする、などです。これらは、発達障害の特性のひとつである「想像力の弱さ」からくるもので、

見通しのたてられなさとして現れてきます。履修登録のミスや、授業選択の不適切さは、年度の終わりに単位不足という形で周囲も気づくことになります。年度の終わり…つまり1年間経ってから失敗に気づかれ、そこから支援につながったとしても、それでは遅いのです。“失敗してから支援”なのではなく、失敗の前に支援すること、具体的には履修登録前の段階で支援することが求められます。教務係、学生相談所、チューターの教職員へ相談できる体制を整え、学生にとって学ぶ機会を確保しましょう。また、東北大学では各部局において年度始めに履修相談コーナーが設けられているので、そのような場での相談も有効でしょう。

次に実際の授業場面でのことです。発達障害の「こだわりの強さ」という特性からくるもので、完璧主義が強い傾向によって、ちょっと失敗しただけで極端に自分を責めたり、一度欠席しただけで進級をあきらめる学生がいます。これがきっかけで、ほかの授業にも出席できなかったり、そのまま不登校状態になったりします。このような場合には、まずは本人が頑張っていることを周囲が評価して、考え方を变えるために、1回の欠席は進級とは関係なく、「例えば、〇〇さんも去年この授業を2回休んだけれども、今進級して3年生になっているよ」などの身近な人物の具体例を挙げると納得しやすいことも多いようです。

ゼミの授業では、テーマ選びから発表のための資料収集、発表内容の組み立て、討論にいたるまで、自主性が求められるようになります。これをこなしていくためには、時間的見通しをみながら計画的に進めていくことが必要です。しかし、発達障害の特性である「想像力の弱さ」や「ものごとの遂行能力の弱

さ」から、作業全体に目を向けることが難しくひとつの作業に集中しすぎる場合があります。そうして、今気になる資料に集中する、重要なことと些末なこととの違いに気づきにくく作業の優先順位がわからない、論文提出当日の朝に、まだ資料を探している…などの事態となります。したがって、論文やレポートなどのような長期間にわたる準備が必要な学習の場合には、先輩が計画と一緒にたてたり、進捗状況をチェックしながら常に作業全体の見通しをフィードバックするような関わりが求められるでしょう。このような周囲の部分的な支援があれば、あとは自分で仕上げることは可能です。

・支援者同士の連携

発達障害学生がどうして大学生活についていけなくなるのか、このことを考えることがとても大切なのです。学生に能力がないからでしょうか？ 教職員にこのような学生に応じて教える能力がないからでしょうか？ 発達障害があるから大学生活についていけなくなるわけではありません。発達障害があっても、周囲の正しい理解と支援があれば問題なく学生生活を送っている学生がたくさんいます。つまり、学生に発達障害があること、そして教職員をはじめとする周囲がその特性に応じた関わりができないこと、この両方がそろったときに、発達障害が「問題」となるのです。教職員が「困った学生がいる」と思うとき、学生自身も「困っている」のだということです。特に学習面の支援においては、家族や大学の職員による支援だけではうまくいきません。授業中に学生に接するのは教員です。家族や大学職員、学生相談担当の相談員は主に学生本人からの訴えをきくこととなります。実際に授業中の様子や課題提出時のトラブルを

把握しているのは、教員です。教員との連携は不可欠です。

4 「ほんの少しの障害学生のために、予算も教職員のエネルギーも使えない」?! 共生社会を担う人材教育

どのくらいの数の障害学生が在籍しているのかに関する日本学生支援機構や各大学での調査の結果、確かに障害学生がある一定の割合で在籍していること、そしてその割合は年々増えていることが指摘されています。しかし、それはあくまでも「ある一定の割合」であり、具体的には0.2%です。「その0.2%の学生のために、」大学の予算を使うのはどうだろうか、「その0.2%の学生のために」相談施設を設置することは必要だろうか、という疑問を投げかけられることがあります。もっと幅広い学生全体に還元できるような事柄のほうが優先されるべきではないかと。ここで考えていただきたいことは、障害学生支援は、障害学生の“ためだけ”のものだろうかということです。

障害学生への支援は、障害から派生する多様なニーズに対して当該の学生への教育的支援を提供することと同時に、多様なひとと共存する共生社会のなかで相互に支援しあう関係構築を担う人材を育成することも目的ではないでしょうか。この社会のなかには、実に多様な人々で構成されていることを体験的にも知識的にも学び、その多様性をいかに受け止め、関わり、社会の一員として尊重し合える人間へと成長できるか、これも大学教育のねらいのひとつではないでしょうか。このように考えると、大学全体として障害学生への理解を深め支援体制を構築していくことは、将来学生が共生社会を担う人間教育の場とし

て機能することとなります。

障害学生支援の窓口が設置されている他の大学の規程をみると、上述の内容が理念として描かれていることが読み取れます（表12-5）。

表 12-5 国内大学の障害学生支援理念

大 学 名	理 念
筑 波 大 学	共生の時代を担う社会人を育成すること
同 志 社 大 学	障害学生とサポートスタッフがお互いに理解し合い学び合える自律的成長の場であり、この場で得た成果をコミュニティに還元させること
東 京 大 学	障害をもった学生が修学における不利益をうけないように配慮するとともに、障害をもった学生のための修学等支援方策の実施に対し積極的に務め … バリアフリーの理念と思想について深い理解をもち、バリアフリー活動に積極的に取り組み、かつ、グローバルな視野を備えた人材の育成

このように障害学生支援は、障害学生に対してのみではなく、全学生への教育的機能をもつものであると考えられるでしょう。このことは現在活用されているTAを担う学生のことを考えても共通しています。TAはTA学生が教授能力を磨きながら、将来において大学教職員になる場合の訓練や準備の機会を提供するという、いわば大学教職員養成システムの一環であり、支援を受ける側のみならず、支援者側であるTA学生にとっても有意義なのです。障害学生を支援する支援者側となる周りの学生についても、その体験は有意義なものとなるのです。

5 「発達障害学生への支援は周りの学生への不公平感を生じるのでは？」 合理的配慮

とはいえ、ニーズがあるからといって何でもどこまでも支援すればよいというものではないことは、いうまでもありません。平成21年度に東北大学のなかで調査した結果をみると、単位修得や卒業・修了における実際に行われている支援内容として、試験に代わるレポート・締切の延長・要求水準の引き下げなどが多く報告されていました。そして、これらの支援が妥当なものであるのか否かについて教員自身も迷い戸惑っている様子が見えられました。例をあげると、「単位修得や成績判定等の判断が困難」、「学業の評価基準を変えなければ、修士課程でさえ修了困難である。しかし、学生により評価基準を変えることは、教育の根本にかかわることであり、非常に悩ましい」、「自分からものを考えられない学生に、手取り足取り周囲が手伝って修論を書かせて卒業させるのはけしからん」という意見があり、対応に困った」等々です。これらはどのような支援内容をどの程度まで行うのかが果たして適当なのかをめぐる問題です。

視力の悪い学生に眼鏡をかけて授業を受けることを不公平だと非難するひとはいないでしょう。聴覚障害のある学生が、手話通訳を頼んで教員とコミュニケーションをとることに対して、そのような支援は不適當であると判断するひとはいないでしょう。このような障害に対する配慮は、「合理的配慮」と呼ばれています。2006年12月13日、国連本会議において採択された「障害者の権利条約」の主旨のひとつに、「合理的配慮」によって障害者に実質的な平等を保障する、という内容があります(表12-6)。

表 12- 6 合理的配慮とは

「合理的配慮」とは、「障害者が他の者と平等にすべての人権及び基本的自由を享有し、又は行使することを確保する点の必要かつ適当な変更及び調整」であって、「特定の場合において必要とされるもの」かつ「均衡を失した又は過度の負担を課さないもの」。
--

めがねをかけることや手話通訳の支援を受けることは、障害特性に応じた適切な配慮です。この配慮によって実質的な平等を保障することにつながります。発達障害学生に対する支援についても、合理的配慮かどうかの判断は当然求められます。ここで問題となってくるのは、発達障害学生の障害としての特性は、身体障害のようないわゆる見えやすい障害とは異なり、見えにくい障害であるということです。したがって、発達障害学生に対して行われる支援内容や配慮の程度は適切なものであるかどうかについては、見えにくい障害であるだけにその都度、それが「合理的配慮」に該当するのかどうかの検討が必要となるでしょう。

著 者 紹 介

池田 忠義（いけだ ただよし）

【第1章～第4章】

東北大学高等教育開発推進センター・准教授

専 門 分 野：臨床心理学

研究テーマ：学生相談，非行・犯罪心理

堀 匡（ほり まさし）

【第5・6章，第10・11章】

東北大学高等教育開発推進センター・助教

専 門 分 野：臨床心理学

研究テーマ：学生相談，カウンセリング，予防教育，ストレスマネジメント，ソーシャルサポート

佐藤 静香（さとう しずか）

【第7章～第9章】

東北大学高等教育開発推進センター・助手

専 門 分 野：社会心理学，臨床心理学

研究テーマ：学生相談

田中 真理（たなか まり）

【第12章】

東北大学大学院教育学研究科・教授

専 門 分 野：発達障害学

研究テーマ：発達障害者の心理特性とその支援

鈴木 敏明（すずき としあき）

【はじめに，あとがき，編集担当】

東北大学高等教育開発推進センター・教授

専 門 分 野：教育心理学，発達心理学

研究テーマ：青年期の進路選択，面接過程の内容分析，供述の心理学

あ と が き

このブックレットでは、学生相談と発達障害学生支援という、現在の大学キャンパスにおいて展開される代表的な心理・教育的支援活動を取り上げました。

いずれの支援活動の対象者も、統計的には、キャンパスで学ぶ学生全体からすれば「少数派」ということなのですが、そうであるからこそその意義が存在するのだ、というメッセージを受け止めていただけたでしょうか。

一般に社会的組織においては、それを構成する「多数派」を基準とした思考や運営が行われがちです。レアケースに対しては、例外的・便宜的な対処で凌ごうとする傾向が強いです。大学という組織もその例外ではありません。

しかしながら、社会的組織が内包する歪みや問題点は、少数派においてこそ増幅されて典型的に現れるものです。そうだとするならば、大学キャンパスの少数派への対応が場当たり的に終始することは、大学という組織の根本的改善のための絶好のチャンスをみすみす逃してしまっているということになります。

大学コミュニティの健全化サイクルは相補的な2つのプロセスによって活性化されると考えます。第1は多数派に照準を合わせた環境整備のプロセスで、広く行われている教学環境の改革・改善などが該当します。第2は、一見迂遠に感じられるかもしれませんが、さまざまな少数派学生の実像をしっかりと捉え、的確な支援策を丁寧に個別処方し、システムの構築していくプロセスです。これら2つのプロセスが互いに作用し合って初めて、すべての学生のための懐の深い、豊かな可能性に満ちたキャンパス環境が実現するということなのではないでしょうか。

鈴木 敏 明

PDブックレット Vol. 3
学生のための心理・教育的支援 [電子版]

2012年6月28日発行

2013年8月20日電子版発行

編 者 東北大学高等教育開発推進センター
発行所

Center for the Advancement of Higher Education,
Tohoku University
〒980-8576 仙台市青葉区川内41
TEL (022) 795-4471
E-mail: cpd-office@he.tohoku.ac.jp

印刷所 北日本印刷株式会社
〒984-0064 仙台市若林区石垣町35番6

