

# 教育相談を行う者の基礎的在り方に関する一考察

A Study of Core Competences for Providing Appropriate Counseling Services

小 山 顕\*

## Abstract

What factors make counseling services more appropriate and sophisticated? This study attempts to examine the fundamental and also crucial way as a helping professional that provides suitable counseling services. The researcher of this study conducted an analytical examination of key competences which make counseling more effective and useful. In order to provide quality counseling services, the following competences will be needed.

1. To be able to create therapeutic atmosphere.
2. To be able to listen to the “story”.
3. To be able to see the client with respect.
4. To be able to “be with” the client.

To produce a competent counselor, it is essential for training schools to offer not only the educational and training programs which focus on developing techniques, but also those core competences of future helping professional candidate.

キーワード：教育相談、カウンセリングの基礎知識、基礎的援助方法

## はじめに

有用性の高い教育相談・カウンセリング（以下、教育相談という）、言い換えるならば、相談者にとって真に役に立つ「援助的な援助」実践のためのコアにあたる要素は何であるかを考えるならば、結局のところそれは相談を受ける者から相談者へと注がれる「関心」に帰結すると言えるのではないだろうか。ここでいうところの「関心」という言葉の意は、「ある物事に特に心を引かれ注意を向けること」「心にかけること」「心に向けること」である。

これを教育相談の実践に適用するならば、その時々において援助や力添えを必要とする相談者に対し、援助者が自身の心（内面）を含む全身全霊を真っ直ぐに向け、注ぐことといえるであろう。では教育相談の実践者が、援助を必要とする者に対してその心を注ぎだして向けるとは具体的にはどのようなことを指すのであろうか。

本稿は、教育相談の実践者の基礎的なあり方、また必要不可欠な要素として求められる基礎的能力に

焦点を当て、実り豊かな教育相談の実践を可能にする要因について考察を試みることをその主たる目的とする。具体的には、有用な教育相談の実践に不可欠であると思われる4つのポイントを取り上げ、それぞれについて見ていくことにより、援助者が相談者に対して心に向けるというその基礎的なあり方について考察を試みる。

第1章では援助者の「温かく話しやすい雰囲気」を醸成する能力について取り上げることから始め、続いて2章では「相手のストーリー（語り）を聴くことができる力」について、3章では「敬意を持ちながら援助相手と接する」とは何を指すのかについて考察し、最後に4章においては「相手と一緒に“在る”」こととは、つまり“寄り添い支える”こととはどのようなことであるのかについて考察する。これらを通して、相談者を中心とした有用な教育相談実践のコアにある、援助実践者の基礎的（最も重要）な Competencies（能力、“あり方”という適格性）についての理解を少しでも深めることができたいと思う。

\* Ken OYAMA 聖和短期大学 相談援助

表1：温かみに欠け、話しやすい雰囲気をつくることのできる援助者の特徴

ジャッジメンタルタイプ	質問過多タイプ
人や物事をすぐに白（良い）か黒（良くない）か自らの枠組みで判断しがち	相手の中のプロセスの理解よりも、情報（事実）の収集のみに集中しがち
気持ちを受け止めるよりも“正しい答え”（結論）を導き出すことに重きをおく	相手の話を聴くよりも、情報収集のために矢継ぎ早な質問をしがち（質問過多）
曖昧模糊な感情を取り扱うことは不得手。紋切り型で機械的	“事実”を見つけることがより重要で、相手の気持ちや心の痛みには無頓着

## 1. 温かく、話しやすい雰囲気をつくることのできる (Able to create therapeutic atmosphere)

### 1) 教育相談の良し悪しは何でできるのか？

教育相談が相談者にとって実りあるものになるか否かを決定づける要因は種々あるだろうが、その中から第一の要因ともいえる基盤的部分にあたる要素をあげるとするならば、それは教育相談の実践者がその相談の「場」である空間という環境とその援助関係の中に構成し、また醸し出す寛容で批判的ではなく、相手を想いやる「温かく、話しやすい雰囲気」であるといっても過言ではないであろう<sup>1)</sup>。

教育相談とは何であるかという根源的な問いに対して、その「何」をもし一言で表すならば「関係」であるといえるのではなかろうか。一般的にも人間関係、特にその関係づくりの初期における、相手に対する第一印象がもたらす影響の大きさについてはよく知られているところであるが、教育相談においても然り、初回面談において相談者がどのような印象を援助者に対して抱いたのか、その繊細な感覚がその後の相談の進み具合と質の良し悪しを大きく左右するといわれている。特に本章のポイントである、相談者が援助者に対して温かみを感じることができたか、また相談者にとって話をしやすい雰囲気が相談の場において醸し出されていたかが重要である。そもそも誰しも、接していて温かみを感じることのできない相手に対して、自身の事柄、特に自身の悩みや葛藤などの内面的で深い部分にある課題について分かち合いたいとは思わないだろうから、これは至極当然なことなのだが、人間的な温かさや話しやすい雰囲気の欠如は、教育相談の実践について専門的なトレーニングを十分に受けていない者や、経験の少ない初心の援助者らによって引き起こされ

やすい円滑な援助の妨げとなる代表的な問題要因の一つである。

どのような援助者といえども例外なく、援助の実践の場において本来の自分自身、自らの本質的人間性と全く異なった人格を持って相談者と向き合うことはできない。つまるところ、教育相談の実践者である援助者は、自身が意識しようがしまいが、相談室などの援助の場、さらにいうならば相手との援助の関係の中に普段の自分自身を持ち運んでいるのである。いやむしろ、普段の自分しか持ち運ぶことはできないといったほうが適当な表現であろう。よって、援助者の持つ普段の人間関係スタイルが温かみに欠けるものであったり、相手に話しやすさを感じさせることが難しい場合、教育相談やカウンセリングの実践の場において、その先行きを大きく左右する温かみに満ちた話しやすい雰囲気を醸し出すことは到底可能であるはずがない。

温かみに欠けたり、話しやすい雰囲気をつくることのできる援助者の代表的な特質を例にあげるとするならば、①ジャッジメンタルタイプ（紋切り型）な援助者、②質問過多タイプな援助者がそれにあたるといえるだろう。

このような例をあげると、そもそもこういった特質を持つ者が教育相談の実践者の中に実際どれほど存在するのか、もし存在するとしても、これらもその者のありのままの姿であるのだから完璧を求めずに特質として受け入れていってはどうかという問いや意見も出てくるかもしれない。しかし、教育、保育を含め対人援助専門職に就き、教育相談を行う者が、自分自身の有している特質を深く理解し、相談者にとって真に援助的な援助を自らの内側にあるものを使って実践していくために自らの有する課題の改善に取り組み、援助の場面において自身の特質に基づく対人関係における傾向をいかによい意味でコ

1) Carkhuff, R. R. (1969) Helping and Human Relations. New York, Holt, Rinehart & Winston.

ントロールしつつ取り扱うかということについての高質な訓練を受け、その結果が実っていないとするならば、援助者としてその援助を円滑に進めるためには好ましくはないこれらの特質から放たれる芳しいとは言い難い“臭い”をそのままに放置して教育相談といった援助を行うことになる。無論、教育相談の実践者が完璧になろうとする必要などなく（毛頭無理な話であってそのことを求める必要はない）、かえって援助実践者の弱さとも言える“人間らしさ”に相談者は共感し安堵感を覚え、それが援助者との間の信頼関係を高める要素になる<sup>2)</sup>とも言われているところだが、場合によっては“異臭”ともなりかねない自らが有する特質（この場合「課題」と表現するのが適当かもしれないが）を正当に評価せずに過小評価し、その改善に向けた取り組みを行わずにそのままに（場合によってはその事実からの逃避）するならばそれは援助者の不完全さという人間らしさが援助過程を豊かにするという意からもしはやかけ離れたものとなり、対人援助専門職としての倫理的側面からみても決して見過ごされてよいこととはいえないであろう。

## 2) 温かく話しやすい雰囲気を生み出すために

それでは教育相談の実践者が、相談者との関係の中に温かく、話しやすい雰囲気を醸成するためには具体的には何が重要なポイントとなるのだろうか。ここではそのために鍵となる3つのポイントを取り上げそれぞれについてみていくことにしたい。

### ①援助実践者が自分の関係スタイルの特質について再チェックする

関係のスタイルを言い換えるならば、コミュニケーションのスタイルということができる。我々が日常使用しているスマートフォンやインターネットを使用するための機器は単にその機器のみを持っているだけでは本来の役割を果たすために使用することはできない。電波がつながる状況にあってこそ初めてコミュニケーションツールとして活用することが可能になるのである。同様に、援助実践者が、教育相談を相談者にとって有用なものとするためのファーストステップである援助実践の場において温かく話しやすい雰囲気を醸し出すためにはまずは相

談者とつながるということが最重要である。

ただし、電波はつながっていたとしても、つながりの状態がわるかったり、受信機に不具合があったりするとスマートフォンやインターネットがうまく機能しないと同様に、関係というつながりの成立の妨げとなる障害物などの要因がある場合には効果的な援助の遂行に必要な適切な雰囲気を生み出すことはできない<sup>3)</sup>。前述の「ジャッジメンタルタイプ」や「尋問タイプ」の援助実践者にみられやすい特質は、まさにその障害物となり得る要因であり、暖かく話しやすい雰囲気をつくり、つながりを構築するという援助初期段階における基本的かつ最も重要なゴール（目標）への到達を妨げる落とし穴でもある。

教育相談の実践者は、これまで自分が身につけてきた当たり前となっている関係やコミュニケーションのスタイルを俯瞰し可能な限り客観的に振り返り、自身の有する注意しなければならない落とし穴についてチェックし知っておくことによって温かく話しやすい雰囲気を生み出すことが可能になってくるのである。

### ②ノンバーバルな部分（声や表情）に意識を向ける

教育相談の実践者が気をつけなければならない事柄の一つに「ダブル・バインド」と呼ばれるものがある。これは心理学において主に使われるテクニカル・タームであるが、口にするメッセージと内心とが異なる現象を意味し、ある一つのメッセージと別のメッセージを同時に相手に伝える状況を指している。「それでよいです」と言葉では発しておきながら、同時に「それではよくない」というメッセージを言語のチャンネルとは異なるチャンネルを使って伝える現象がその典型例としていえる。

言葉では「Yes」と言っておきながら、表情で「No」を表していたり、言葉では相手を「受け入れる」と言いながら、態度や行動で相手を「拒絶」する表現をもしたとすれば、受け手は2つの食い違ったメッセージをどのように受け止めればよいのか混乱することに加え、ダブル・バインドなメッセージの発信者に対する不信感を抱くことにもつながりかねない。

ノンバーバルなメッセージは表情のみでなく、そ

2) 堀越勝 監訳 2011 対人援助のプロセスとスキル 関係性を通した心の支援 金子書房 pp. 39-40

3) 堀越勝 2015 ケアする人の対話スキル ABCD 日本看護協会出版会 p. 24.

表 2：感情とその意味

堀越勝「ケアする人の対話スキル ABCD」(2015) p143より抜粋

感情	感情の意味
怒り	・自分の領域が侵されると感じて押し返す ・思いどおりにいかないので何とかしたい
不安	・コントロールができないことがある ・何か悪いことが起こりそう ・何か未知なことが起こりそう
悲しみ	・大切な何かを失った ・大切な誰かを失った ・夢や希望を失った ・心が傷ついた
寂しい	・自分が所属する場所がわからない ・自分のことをわかってくれる人がいない ・誰も一緒にいてくれない
空しい	・やっていることの意味がない ・自分が選んでいないことをやらされている
恥ずかしい	・他人に見られている ・自分の弱いところを知られている ・無防備な姿を見せる

の他に、仕草や声の調子（ピッチ、トーン、スピード、ボリュームなど）によっても伝えられる。援助の実践者が「よくいらっしゃいました」と言ったとしても、無表情であったならばメッセージを受け取る相手は自分がウェルカムされているとは感じることは難しいであろう。

つまり、教育相談の実践者には、援助の良し悪しに多大な影響を与える温かく話しやすい雰囲気を作り出すために、自身の話し方や顔の表情、仕草や行動といったノンバーバルな部分に対しても繊細さをもって気を配ることが求められる。そのためにも日頃から援助者は自分のノンバーバルなコミュニケーションのパターンについて自身による気づきのための意識を高く持っておくと同時に、他者からのフィードバックを大切にする必要がある。

### ③相手の感情を捉える

教育相談の援助実践者が援助相手と向かい合う中で、温かさを醸し出し、相手が話しやすい雰囲気を作り出すことを妨げるものの中に、相手から投げかけられる強い感情反応がある。援助の場において、相手が強い怒りや悲しみ、不安などの感情の表現に出会すと、援助者側にもなんらかの感情的な反応が起こるわけだが、もし援助者がそれらの感情に圧倒されてしまったり、共感を通り越して相手から投げかけられたそれらの感情に巻き込まれてしまう

（援助に不可欠な客観性を喪失する）とするならば、援助実践者が過剰に防御的になり相談者に対して苦手意識を持ってしまったり、逆に攻撃的な反応を示してしまうことさえ起こり得る。これらの反応は援助専門職としては適切なものとは言い難い。大切なことは、相談者が表現する感情を否定的に捉え苦手意識を抱いたり、過剰な反応をしてしまったりするのではなく、むしろ相手のことをより深く理解するためのよいツールとして感情を上手に扱えるかどうかということである。

感情とは「心のアラームサイン」ともいわれるように、全ての感情にはそれぞれに意味があり、感情は自分自身の一部であって多くのことを教えてくれる意義深いもので、必ずしも“悪者”ではないという正しい理解を持ち、それらを適切に扱えるようになっていくことが援助者として望ましい姿であるといえよう。そのためには、援助者自身が、自分自身が抱く感情というものを普段どのようなものとして捉え解釈しているのか、特にネガティブな感情と呼ばれる怒り、悲しみ、不安、寂しさ、空しさ、罪悪感などを一概に感じるべきではない悪いものとして捉えてしまっていないか、自身の感情への対処パターンをよくよく見つめ意識化に置いておくことが適切な感情の取り扱い、つまり援助的な援助の実践に欠かすことのできないことであると深く理解し実際にそのように取り扱うことができるようになるこ



とが重要である。なぜならば、多くの場合人は無意識のうちに他者の感情であっても、それを自分が解釈するように解釈し、自分が普段取り扱っているように他者のそれも取り扱おうとする傾向が往々にしてあるからである。もし援助実践者が、悲しみという感情が発するサインの意味を理解して適切に取り扱うことができているとするならば、援助の場で相談者から発せられた悲しみの感情にたいしても頭ごなしに否定的なものとして捉えてしまうことなく、また必死になってその感情を取り除こうと躍起になることもなくその感情を受け止めつつ落ち着いて向き合い、相談者がその感情をより適切に取り扱うことができるよう導くことが可能になるであろう。そのときに初めて、温かく、どのようなことでも受け止めてもらえるという信頼のもとで話しやすい雰囲気が生み出されていくことになるのである。

以下に代表的な感情とその意味について表にまとめておくことにする。教育相談・カウンセリングの援助実践者はよりよい援助実践のために、これらの感情の意味について正しく理解しておくことを強くすすめる。

## 2. 相手の“ストーリー”を聴くことができる (Able to listen to the “story”)

まずはとにかく相談者の語りであるそのストーリーを聴く、このことこそが教育相談の実践において最も基本的な援助スキルの一つである。ここでなぜあえて相手の“話”ではなく、“ストーリー”という表現を使用しているかということ、教育相談の現場での相談者からの語りは単なる出来事としての“事実”が話されているのではなく、ある出来事に対する相談者自身の考えや解釈、そして内面的、身体的反応といった生きた流れのある物語である“ストーリー”が展開されているのであり、援助者は相談者が「その体験した事柄をどのように体験したのか」(How did he/she experience the experience?)について焦点を当てて聴くときに、初めてその聴くという行為に援助的な息吹が吹き込まれるからである。本章では、教育相談を真に有用なものへと導く一つの鍵である相談者の“ストーリー”を聴くということについて2つのポイントから考えていくこととする。

### 1) 相手の話を最後まで“聴く”

教育相談の実践の場において、相談者が語るストーリーを理解しようと思うのであれば、まず援助者は、相談者の語りを最後までしっかりと聴くこと、それを“聴き終えて”から話し始めるという、返答のタイミングが早出しになることを避け少し遅めにすることがその基本である。これは一見当たり前のことで容易なことのように思われるが、実際にこの基本的援助スキルを身につけるためには援助者が普段から自らの“聴き方”に注意をむけること、またトレーニングが不可欠である。

人は相手の話を聞きながら同時に自分が次に何を話そうかを考えることができる。実はこのことが援助者が相談者の話を本当に最後まで“聴く”というのを時に阻害してしまうことにもつながりかねないのである。相手の語りを聞いているうちに、自分が次に何と答えるのか、何を言いたいのかを考えることに頭が占有されてしまうことがある。もしそのことが起きているとするならば、もはやそれは相手の語りを最後まで“聴く”ことができていないということになる。このような場合、ともすると返答のタイミングはしだいに早まっていき、そうなればなるほど、相談相手が「自分の話を十分に聴いてもらえた」と感じることは自ずと難しくなっていつてしまう。相談者を中心に据えた“援助的な援助”の実践のために、援助実践者は、相談者にそのような気持ちを抱かせることは避ける必要がある。

筆者自身も米国において心理臨床家としてのトレーニングを受けた際に指導を受けたスーパーバイザーから幾度となく「まずはとにかく相手の“ストーリー”を“聴く”ように」と指導を受けたものである。当時、そのあたりまえとも言えるような言葉の中に秘められた深く豊かな意味を真に理解するまでに、換言するならば、小さな種ではあるが、それがついには教育相談を真に援助的なものとし、実り豊かなものとするということに目が開かれるまでに時間を要したことをここに告白しておこう。

では次に、援助実践の基本であると述べた“聴く”という美しいアートとともいえることがいったい何を生み出すのかについてみていきたいと思う。

### 2) “聴く”ということから生み出されるもの

教育相談を含め、対人援助専門職の中ではよく傾聴という言葉が使われることがあるが、本稿では傾

聴という文言ではなく、あえて“聴く”とシンプルな表現を用いたいと思う。

その大きな理由としては、援助専門職の間で傾聴という語彙が使うに便利なものになってしまっているのか、あまりにも安易に用いられている傾向を感じてならないからである。その専門領域は問わずとも、援助者が作成する援助記録などのなかに単に「傾聴する」「相手の話を傾聴した」といった類の文章が書かれていることが度々あるのではないだろうか。しかし、これは本来の傾聴という行為（援助スキル）の意味を考えたときに全くもって不完全な表現であり決して適当な記述ではないと思われる。日本語の「傾聴」という言葉は、英語では「Active Listening」と表現されるが、英語圏の対人援助専門職の記録の中に“I actively listened what my client said.”と記されることはまずあり得ない。なぜなら傾聴（Active listening）とは単なる聞くという行動のみを指しているのではないからである。たとえその行動をしたと記録に記したとしてもそれだけでは殆ど意味を持つことにはならず、記録としては不完全で不十分な内容に他ならないからである。

傾聴とは単に相手の話す事柄を聞く行動、つまり「話を聞いた」ということではない。傾聴するにおいて重要なことは、語る相手がその“経験をどのように経験”したのか、前述の“How did he/she experience the experience?”を聴く（相手の世界観に可能な限り入り、それを理解しようとする）ことであるとともに、援助者自身が相談者である相手の語りをどのように聴き（聴く体験をし）、何を理解したか、更にいうならば、その語りを聴いて援助者自身の内側にどのような反応が起きたのかに目を向け、耳を傾ける自身の意識の作用を自らに向けるリフレクション（反省）の作業である。よって、もし記録などに「傾聴した」と書くのであれば、援助者として、相手の語りの「何を」またそれを「どのように」聴いた（理解した・解釈した）のかを記すことが不可欠である。「自分は相手の語りをこのように聴いた、理解したので、それを土台として今後の援助の方法、方向性をこのように設定する」「このような援助方針が必要であると考える」と記述されてこそ初めて真に傾聴がなされたといえるのではないだろうか。本来非常に重要な援助のスキルの一

つである“傾聴”という事柄が独り歩きし、“都合の良い便利な言葉”になってしまっているともいえる昨今の我が国の対人援助専門職の現場における風潮は、対人援助に関わる者の一人として気掛かりな事柄である。

些か前置きが長くなり過ぎたが、“聴く”という相手に対して関心を持つ、つまり聞き手が相手にその心を向けるということが生み出すはじめの産物は、「相手への理解」であるといえよう。人は他者の心の内側を視覚的に見ることはできないだけではなく、その心の内の全てまでなど到底“読む”ことなどできない。もちろん心理臨床家としての専門的且つ適切なトレーニングを十分受けた者であれば、相手が言葉を発さずともそのノンバーバルなコミュニケーションから一定の心の動きについて理解することは可能だが、それは“心を読む”ということとは明確に一線を画する。論理療法の創始者であるアルバート・エリス（Albert Ellis）によれば、「他者の心が読める」という考えはイラショナル・ビリーフ（Irrational belief）と呼ばれる非論理的、非現実的な思い込みであり、歪んだ思考（Distorted thoughts）の一つであるとされている<sup>4)</sup>。

では人が他者を理解するための最善の方法とは何であろうか。それは、相手の語りに“聴く”ということに尽きるのではないだろうか。“聴く”という一種のアートが生み出す実（fruit）である美しき産物こそが相手への理解である。相手のバーバル、ノンバーバルな語りに援助者が全身を向けて聴くときに、相手は何を体験したのか、その出来事による体験をどのように受け取ったのか、その時に、また今この時に抱えている感情は何であるのかを知るための扉が初めて開かれるのではないだろうか。つまり聴くということは、教育相談の実践者が相談者の世界観、人間観、人生観を少しでも相手の視点で捉えるという、相手の世界に飛び込むことを可能にする非常に意義深い行為なのである。援助者が話し手のことを理解し、そのことを適切な対話スキルにより伝えることによって、話し手は自身が理解され受け止められたことを感じる事ができる。そのことによって次に、援助的な援助である有用な教育相談を円滑に遂行するために欠かすことのできない援助者との間の架け橋ともいえる信頼関係の構築作業が始

4) Ellis, A. (1995). Rational emotive behavior therapy. In R. J. Corsini & D. Wedding (Eds.), Current psychotherapies (5th ed.) pp. 162-196. Itasca, IL. F. E. Peacock.

まるのである。その結果として適切で良い援助の実践が可能になる。なぜなら、適切な援助は信頼関係を基盤とした適切な援助における関係があって初めて結実するからである。勿論、適切な援助の実践のためには、今述べた一連の流れを支える援助スキルが不可欠であることも併せて述べておきたい。

### 3. 敬意を持って相手と接することができる (Able to see the client with respect)

効果的な教育相談を実践するために援助者側に求められる重要な基礎的姿勢、心の構えのあり方の一つとして、「相談者に対する敬意」の存在を忘れてはならないのではないだろうか。この章では援助者が敬意を持って相談者と接するとはどのような意を指すのか、またその敬意を持った接しが教育相談実践のプロセスにどのような効果的な影響を及ぼすかについて考えてみたいと思う。

#### 1) 敬意を持って相談者と接するとは

教育相談を行う者には、相談者一人ひとりに対して「敬意」、言うなれば、心からの尊敬の念を持って向き合い、相手の話に耳を傾けることが、その援助の質を高め、効果的かつ援助的な援助、つまり真に相手にとって有益な意味を持つ援助の実践を可能にするための理解が不可欠である。

教育・保育現場における教育相談において相談者から寄せられる相談内容の多くは、相談者自身が抱えている生活の中での葛藤や課題にまつわる不安、辛さ、悲しみ、怒り、寂しさなどに代表される感情に由来するものであるといえよう。一方で、我々は一般的に自らの人生や生活に関連する成功談に代表されるような上手くいった事柄やその出来事にまつわる喜びや嬉しさといった感情についてはどちらかといえば他者に語るに容易く、むしろその類の事柄については語りやすいと思いきや、それらを相手に話すこと自体に大きな抵抗を感じることは稀であろう。

しかし、前述のように、教育相談の現場において語られ扱われる「相談」の内容の多くは、葛藤や課題、つまり上手く行かないことや失敗談であったり、何らかの喪失体験であったりし、その事柄に遭遇しものがき悩み苦しんでいるという自分自身のある種の「弱み」の部分であるといえるだろう。我々に

とってその弱みを他者に話すこと、換言するならば、心の奥の闇の中に隠そうとしていたものをおもての世界に出すことによって、弱みというまがいもない事実ではあるものの、取り扱うに大きな戸惑いを覚えるものにスポットライトをあてるかのようにそれを光の中に照らし出し、他者の前で明らかにするというプロセスとその決断は決して容易なことではない。つまり、このことを可能にするには大きな勇気と強い決意を要し、またその一連の作業に伴うリスクを自分自身が引き受けなければならない。あえてここでは「リスク」という表現を用いたが、なぜここで述べていることが容易いことではないか、そのコアとなる理由は、多くの場合、我々の過去の体験に起因するのではないかと考えることができる。

自分の葛藤や悩みを他者に共感してもらいたいという願いを持って話したところ、共感されるどころか逆に一方的に相手の持ち合わせている「物差し」で図られた如く「白」か「黒」かで評価を下されたり、相談者が抱える自らの葛藤や悩みを等身大ではなく、あたかも過小化するようにして軽く扱われたと感じたり、安易な過度な一般化に曝されたり、時には「そんなことでよくよしてないで」などといったような励ましと呼ぶには程遠い配慮に欠き、タイミングを逸した、相談者である自身のその時の状態やニーズから大きく乖離している決して有効ではない言葉をかけられた歴史を多かれ少なかれ我々は誰しも持っており、そのことによるある意味の「傷」を大なり小なり抱えているからであろう。

加えるならば、昨今の社会における過剰とも言えるかもしれない「自己実現」という一見、聞こえの良い、しかし実のところは非常に曖昧な言葉への賞賛傾向の一樣とでもいえようか、SNSを含めた各種メディアを通じて止めどなく発信され続けるある種モデル化された必ずしも現実的であるとはいえないアイディールケース (Ideal case) である“自己実現例”“成功例”“こうあるべき例”の氾濫（その大きな流れに飲み込まれた状態）が、人々が他者の前で正直になって自らの弱みや不完全さを認めること、そしてその弱さを自身の一部として内包しつつもそのことと共に成長を願いつつそのために取り組みながら前に向かって進むという成長や回復のための歩みをより困難にし、その一種の“トレンド”（むしろもう既に単に一時のトレンドと呼ぶことはでき



ない大きな潮流と化してしまったのかもしれないが)により拍車をかけているとも考えることができるのではないだろうか。

そのような社会の大きなうねりの中にあってもそれでもなお援助者のもとに自らの課題、悩みを携え行き(打ち明けなければならないほど切羽詰まって薬にもすがる思いでといった場合もあるかもしれないが、そうであったにしろ)、そのことを分かち合うということを選び取った人々の持つ勇気と援助者を信頼し、自らの抱える「弱さ」について語り、その弱さに援助者が触れることを許し委ねてくれることに対して援助者側がそれを決して“あたりまえ”のこととして捉えるのではなく、相談者のその行為を大きなストレングス(力、強み)として捉え認め、心からの尊敬の念をもって接することができる姿勢こそが援助を实践する者としての心の構えの基盤とすべきところであり、援助的援助の实践者となるために有すべき非常に重要な資質であるといえるのではないだろうか。

教育相談の实践者が基礎的であると同時に非常に重要(Crucial)なこの資質を有し、実際にその資質を援助实践における相談者とのかわりの中で有効に用いる時に初めて、援助活動が真に援助的なものとなり得るために、また円滑な援助の遂行のための必須要素である相談者と援助者との確固たるラポートの形成、言い換えるならば相談者とのつながりの中で寄り添い「一緒に在る」、という産物が生み出されていくことを可能にするのである。この「一緒に在る」という本稿の第4のポイントについてはこの後、次章においてみていくこととする。

#### 4. 一緒に在ることができる (Able to “be with” the client)

相談实践の場において援助者が相談者と“一緒に在る”ことができるか、つまり、援助相手に真に寄り添い支えることができるか、このことを教育相談实践者の基礎的且つ重要なあり方の4つ目のポイントとしてあげたいと思う。

教育相談の目的を果たすためには、相談者との信頼関係に裏打ちされた良好な協働・協力関係の構築は欠くことはできない極めて重要な要素である<sup>5)</sup>。

本章においては、援助者が相談者と“一緒に在る”ことができるという教育相談を行う者としての基礎的なあり方の意味と意義について探っていくこととする。

##### 1) 一緒に在ること

本稿においては、英訳するならば Able to be with the client の be にあたる部分を、援助者が相談相手ともに「いる」とするのではなく、あえて、ともに「在る」という文言を用いて教育相談を行う者の基礎的な姿勢について考えてみたいと思う。その大きな理由は、援助者に真に求められる姿勢(こころの構えともいえるあり方)はどのようなものかということ突き詰めるならば、援助を必要とする存在と単に一緒にいることではなく、その存在とともに在ることができるかという表現を用いる方がよりその本質的課題の核心に近づくことができるのではないかと考えるからである。

ではここでいう教育相談の实践の場において「一緒に在る」とは具体的にどのようなことを指すのだろうか。それは援助者が援助相手とともに身体的にはもちろんのこと<sup>6)</sup>、特にその内面的側面においてもともに在るということを意味している点を強調しておきたい。相談室において、相談者と面と向かって行われる相談实践の場合、相談室というある意味囲われた空間の中に相談者と援助者が身体的にともにいるということは至極当然のことである。しかしながら実際に教育相談などの援助实践を行ったことがある者で、自分自身のことを正直に深く内省する継続的な訓練を受け、訓練によって身につけたスキルを効果的に発揮しつつ、援助者である自らを省みするという経験を有する者であればあるほど身に覚えがあることであろうが、相談者と内面的にも「共に在る」ということは決して容易なことではなく、援助者は常に相談者(相談者のその時)と「今、ここ」に「ともに留まる」ことに対する挑戦とそこから自らを離れさせようとする力に対する誘惑を受けているといえるのではなかろうか。

例えば、援助者に対して反抗的な言動をとる相談者と内面的にも共に在ることはできるだろうか。自らの意思ではなく、他者などの外側からの要請によって相談の場を訪れた者やそもそも援助を受ける

5) 堀越勝 2015 前掲書 p75

6) ここでは電話やオンラインなどでの相談实践ではなく、相談者と援助者との face to face の面談を想定して述べている。



ことに対するモチベーションが低い（場合によっては）相談者と共に在ることができるだろうか。相談の回は重ねるものの、なかなか状況に改善が見られず、肯定的な変化に対して逆効果といえるような行動を繰り返す相談者と一緒に在ることができるだろうか。

これらは教育相談の現場において援助者が遭遇するリアリティーのほんの一例にすぎないが、決して思い描いたようには進むことのない援助と相談者の姿という目の前の現実を受け止めつつも、援助者側が臨床心理学でいうところの「逆転移」<sup>7)</sup>に巻き込まれることなく、逆に相談者の抵抗をも援助の遂行のために有効に活用しつつ、また、援助の対象に対する関心と援助への健全なパッションに枯渇してしまうことなく援助的な援助の実践のために相手との適切な距離を維持しながら、どこまでも相談者と共に在ることを選びとっていくことは決して容易なことではない。そのことを援助者という支え手として忠実に果たしていくためには、ともすると我流や、みようみまねといった表層的な経験を主として積み上げられやすい“援助”から決別し、教育相談の業を果たしていくために必要なスキルとコンペテンスを身につけること、そのための適切で質を伴った援助専門職としてのトレーニングをしっかりと受けることが必要不可欠であることは明らかである。

この事柄に関する我が国の対人援助専門職の現場とその養成現場の抱える人的、システムの大きな課題を取り扱うことは紙幅の関係上、また本稿の範疇外であることから詳細に言及することはここでは避けるが、教育相談を含む多くの対人援助専門職という領域に携わる者たちが広く協働し取り組むべき喫緊の課題の一つであるといえよう。

話を本節の軸に戻すが、援助者がどのように教育相談の場に「在るか」ということは、単にその場に「いるか」ということよりもより自発的 (voluntary) で能動的 (active) な行動であり、相談者に対してはもちろんのこと、その相談者と向き合う支え手としての自分自身とどのように向き合うかという教育相談実践に対する基本的姿勢に関する援助者の意識的且つプロフェッショナルな選択の結果であるとも

いえるだろう。このことの重要性は明々白々であるとともに、教育相談に携わる、またその道を志す者が自らの援助者としての根本的な在り方についてまず初めに取り扱う（取り扱われる）べき、必須要素でもあるだろう。

往往にして、思い描いたようには進まない援助のプロセスの中にあっても、援助者が相談者とどこまでもともに在ろうとするときに、教育相談を含む対人援助の効果的実践のための最大の要素であるとともに、対人援助そのものであると言っても過言ではないであろう「つながり」、つまり「関係」そのものが紡ぎ生み出されるのである。「関係」がそこに存在しなければどんな援助も成り立つことはない。そこに「一緒に在ること」の大きな意義がある。

## おわりに

本稿においては、①「温かく話しやすい雰囲気醸成する能力」、②「相手のストーリー（語り）を聴くことができる力」、③「敬意を持ちながら援助相手と接する」、④「相手と一緒に“在る”」という4つのポイント（4ables）をあげ、教育相談の実践者の基礎的な方法とあり方、また必要不可欠な要素として求められる基礎的能力について考察を行った。おわりにあたって、教育相談、カウンセリングを含む対人援助の業の Beauty をみごとにあらわしていると思われる一文を紹介し稿を閉じたいと思う。

コードが抜けた夫婦、断線している親子、ブレーカーの落ちてしまったような家族がいかにおいことか。愛し合う喜びを味わいたなら、まずはつながりなくっちゃ話にならない。相手の気持ちをよく考え、話をよく聞き合い、ぶつかりながらもどこまでも共にあろうするとき、すなわち、きちんとつながったときにこそ、超伝導の愛が通い合う。一つの接続は別の接続を生み、そんな愛の結節点はやがて無数のきらめく網目となって、この星を包んでいく<sup>8)</sup>。

教育相談を実践する者、またその道を志す者が本

7) 逆転移とは、援助者がクライアントに対して抱く非現実的な反応である。援助者はこの逆転移を持つことにより適切な援助の実践に不可欠である客観性を維持することが困難になる。クライアントに対し効果的な援助を実際しようとするのであれば、援助者は逆転移についてよく理解しておく必要がある。その理由は、クライアントとの間で問題を生じさせる大きな要因の一つとして逆転移があるからである。

8) 晴佐久昌英 1997 星言葉 女子パウロ会 pp.8-9

稿において考察した教育相談を行う者としての在り方としての4つのAbleを自らのものとし、「結節点」としての役割が果たされていくことを心から願って止まない。

#### 参考文献

- ・ Carkhuff, R. R. 1969 Helping and Human Relations. New York, Holt, Rinehart & Winston.
- ・ Ellis, A. 1995 Rational emotive behavior therapy. In R. J. Corsini & D. Wedding (Eds.), Current psychotherapies (5th ed.) pp. 162-196. Itasca, IL. F. E. Peacock.
- ・ 晴佐久昌英 1997 星言葉 女子パウロ会
- ・ 堀越勝 2015 ケアする人の対話スキル ABCD 日本看護協会出版会
- ・ 堀越勝 監訳 2011 対人援助のプロセスとスキル 関係性を通した心の支援 金子書房