

外部支援機関の専門家を活用した 不登校学生への支援の提言

佐 藤 宏 子

キーワード：学生支援、不登校、大学生、ひきこもり、アウトリーチ型支援

1. 研究の概要

1.1. 研究の目的と背景

高等教育大衆化の時代に入り、高等教育を受ける学生は多様となり、学生が抱える悩みも多様となっている。大学は学生の悩みに対応するために相談窓口を設けているが、学生は相談窓口を適切に利用しているであろうか。日本学生支援機構〔2017〕の調査によると、「学生相談に関する今後の課題として特に必要性が高いと思われる事項」として、86.6%の大学が「悩みを抱えていながら相談に来ない学生への対応」を挙げている。このことは、学生が相談窓口を訪れないケースが少なくないことを示唆している。中でも不登校やひきこもりの学生にとっては、大学に行くこと自体が難しく、自主的に相談窓口を訪れることができない場合がある。

大学生の不登校やひきこもりがいつ頃から問題視されるようになったかについて、堀井〔2013〕は、従来、大学生の不登校という現象は、スチューデント・アパシー、ひきこもり、意欲減退、モラトリアム、留年・休退学などの概念に包含・吸収された形で説明される傾向があったと述べている。宮西〔2011〕は、ひきこもりに着目し、ひきこもりの期間の長さに応じた対処方法について論じている。小柳〔2014〕は、不登校そのものに枠組みを与え、不登校を「①3か月以上登校していないか講義に出ていない、②身体的な病気あるいは重篤な精神的な病気がない、③家庭にも大学にも登校を妨げる理由がないこと」と定義した。

不登校の学生はどの程度存在するのであろうか。小柳〔2014〕は、香川大学における不登校学生の出現率は0.9%であったと述べている。また、宮西〔2011〕によると、和歌山大学の長期不登校生の入学年度別出現率は、2010年までの10年間を見ると、0.6%から1.8%（平均1.1%）であった。令和2年度学校基本調査（文部科学省総合教育政策局調査企画課〔2020〕）によると、令和2年度の大学生は約292万人である。香川大学の出現率を以てそのまま日本の不登校学生数を推定することは難しいが、仮にこの出現率を用いた場合、約26,000人の学生が不登校状態にあることになる。

本研究の目的は、インタビュー調査を実施することにより、不登校学生への支援として

何が必要かを考察すること、不登校学生への支援を充実させるために、大学の学生支援部門が外部支援機関の公認心理師や臨床心理士である専門家を活用することを提言することである。

1.2. 先行事例研究

外部支援機関の専門家を活用した学生支援の先行事例研究はみられないが、大学が不登校やひきこもりの学生に対し行った支援として、宮西 [2011] による「和歌山大学ひきこもり回復支援プログラム」がある。宮西 [2011] は、4つのステージに区分されたプログラムからなるひきこもり回復支援プログラムを開発し実践した。また、佐藤 [2020] は、支援を必要としながら相談に訪れない学生に対する支援のあり方を論じている。

1.3. 調査の対象と方法

(1) 調査の対象

大学3年生の学生A及び援助者B（臨床心理士）を調査対象とした。学生Aは、中学高校時代に不登校とひきこもりの経験がある。援助者Bが代表を務める不登校生の支援団体Cのフリースクールに通い、高卒認定の資格を得て、2015年4月にX大学に入学した。X大学は支援団体Cから地理的に離れており、X大学入学後は、支援団体Cから継続的な支援を受けることが難しくなった。学生Aは、X大学の1年生の夏休み明けから大学に登校できなくなり、その後一度も登校することなく、2015年10月にX大学を退学した。その後、支援団体Cから継続した支援を受けられるよう距離的に近いY大学を受験し、2016年4月にY大学に入学した。2019年現在、支援機関Cのサポートを受けながらY大学の学生として学生生活に送っている。

(2) 調査の方法

2018年10月27日、援助者Bの面接調査を実施した。また、2019年1月17日に学生Aの面接調査を実施した。調査時間は約60分程度であった。

調査開始前に研究の趣旨説明を口頭で行い、同意書への自署を求めた。面接内容の録音の了解を得て録音を行った。同意書の内容は、答えづらい質問には無理に答えなくてよいこと、いつでも面接を中止できること、個人情報の取り扱いを厳重に行う旨を記載し、すべて同意を得たうえで調査を行った。

2. 調査の結果と分析

2.1. 援助者Bに対するインタビュー

援助者Bは、不登校学生、ひきこもりの学生について、3つの特徴を挙げた。インタビューではこの3点を中心に、学生Aに対してどのような支援を行ってきたかを聞いた。

【不登校学生の特徴1 基地をなくす】

不登校になると基地を失う。家が基地になっていればまだよいが、家すら基地でなくな

る場合がある。家族との関係がよい場合、学生は外部の人間に対して不信任感の塊になっているので、援助者が学生との間に1対1の関係を作っていくのに時間を要することがある。

【不登校学生の特徴2 対人関係について自信を失う】

不登校、ひきこもりの学生は、対人関係について自信を失っている。大学に入学した当初は、学生Aには他人とうまくやっていくことは「放っておけ」とアドバイスした。対人関係は、相手のあることだし、その日その日によっても状況が違う。学生が弱っているときに苦手とする対人関係について挑戦するのは避けたほうがよい。

最初に取り組むのは、大学の教室でどうやって過ごすかであり、対人関係のことは脇に置いておくのがよい。安心できる基地ができていれば、そこで対人関係を深めていけばいい。

【どうやって講義室に入るか】

大学の授業は必須科目については出席しないと単位が取れない。だから講義室での過ごし方が大事になってくる。そこで、スタッフと一緒に講義室での過ごし方をロールプレイで練習した。授業は全部出る必要はない。まじめな人は全部出席にしないとダメだと思ってしまうが、実際には何回かは休んでも単位は取得できる。休んでもいい回数を計算しながら一緒に対策を練っていく。学生Aに意図を説明して、本人が納得し、見通しを持って取り組めるようにした。納得したことに対しては、人は自ら動くことができる。

具体的には、授業は「大講義室で座って聞くタイプ」と「少人数で発表があるタイプ」に分けられる。大講義室では、どこに座るのか、どのタイミングで教室に入るのかがポイントになるが、人それぞれ好みがある。少人数で発表がある授業の場合、学生はどんなことが起こるかわからないという点で不安になる。不安が増すことで出席が難しくなる。前もってこういうことが起こるかと予測できると、不安が小さくなる。1年生の前期は、試行錯誤しながら学校や教室に徐々に慣れることを目指した。必須科目での発表は絶対にしないといけなから、当初は苦痛で、失敗したと言っていたが、それになり勇気を出してやっているうちに、「慣れ」で苦痛が薄まっていった。

大学の行き帰りの電車やバスの中でいろんなことを想像して不安になり、引き返してしまうことがある。これは不登校の子に共通した特徴だ。大学に行く前にいろんな思い込みをやって、それで力尽きて行けない子が多い。そういうときは、「誰でもそうなるよね」という話を本人にする。「そういう風になって当たり前」と知っているのといないのでは全然違う。学校に行きづらい子は、「自分だけ特別にできない」と考えてしまう。そうではなく、「みんな同じなんだ」と理解できるようになると、周りが見えやすくなる。周りが見えやすくなると、同じ匂いのする子がよって来たりする。学校に小さいけれど「人の基地」ができる。「人の基地」や居場所ができて少しずつ活動が広がり、休みの日でも友達と会うようになる。

どの科目を選択するかについても一緒に考えた。基本的には興味のある科目を選択する

が、授業と授業の間を開けずに連続して授業が続くようにした。授業と授業の間に時間ができてしまうと、間が持てずに余計なことを考えたりするからだ。1日の授業を詰める代わりに、1週間のどこかで1日授業がない日を作り、疲れを取るようにした。このようにして、1年生の前期を乗り切った。1年生の後期では、周りに目を向ける気持ちの余裕ができ、友達もできた。

3年生からはゼミが本格的に始まった。学生Aはゼミの活動の中で「グループで何かする」、「発表をする」ということについて一番困っていた。これも、そこで起こることを予測してロールプレイをすることで、不安を小さくするようにした。ゼミについては、学生Aだけでなく、ここに相談に来る学生はみんな困っている。まず学生が考えるのは「対人関係をちゃんとしないといけない」、「どうやってしゃべったらいいかわからない」ということだ。そういう時は苦手なところで一生懸命やるよりは、「まず行けるようにやってみよう」という風にならんとするところを変えてあげる。友達は偶然できるもので、本人が周りが見え易くなっている等の条件がそろわないと偶然はうまれない。

【不登校学生の特徴3 将来をイメージできず、将来のプランが立てられない】

不登校、ひきこもりの状態にあっても、目先のことは比較的できる。各学年での課題をこなしていたら、うまく社会に出ていけるのではないかと錯覚しがちだが、与えられた課題に取り組む以上のことが必要になってくる。想像力を働かせて、この先どうしたいのかをイメージし、自分で将来のプランを立てていく力が必要になる。

3年生の現在、学生Aの一番の課題は想像力を働かせて、将来をイメージすることだ。想像力、イメージ力を育むことが、これからの2, 3年間のテーマだと考えている。想像力、イメージ力は、この年代共通のテーマだ。将来の展望は、他から与えられるものではない。本人が自分で選択し行動するものだ。

【大学が外部支援団体と連携することについて】

大学の学生相談室でカウンセリングを受けて元気になれる学生は相当能力が高いといえる。普通は学生相談室で話をしても、自力でそれを実践し、失敗した場合のフォローを自力でするのは相当難しい。授業に出席できるようになるには、失敗してもそれを乗り越え、少しずつ前進することが必要であり、それをそばで支えるサポートが必要になる。民間の支援団体であれば、そうした支援を行うことができる。

学生が不登校やひきこもりでどうしても授業への出席が難しい場合、大学の教員は出席の代わりにレポートの提出など合理的配慮をしてくれる場合があるかもしれない。合理的配慮によって単位は取れるかもしれないが、それだけでは学生の対人関係に不安を抱えている状況は変わらない。人としての成長することを支援することが大切で、そうしたことも民間の支援団体が対応可能な部分だ。

2.2. 学生Aに対するインタビュー

【Y大学1年前期】

Y大学に入学して、1年の前期はどの授業を取ったらよいか、シラバスを一緒に読んで相談した。発表が多そうな授業は避けるようにした。必修科目は、いつか必ず取らないといけないが、1年の前期である必要はないとアドバイスされ、負担が大きそうな科目は後回しにした。また、1週間の時間割表をきつい科目と好きな科目に色分けした。きつい日には気合を入れる、好きな科目が多い日はちょっとリラックスするなど、気持ちを切り替えてリズムを作った。グループで話をするような場面では、書記をするなど手を動かす作業を自分からやった。

X大学の時との一番の違いは、何かあったらすぐ言える環境があることだ。話を聞いてもらえる人がいるという安心感が大きかった。毎週話を聞いてもらったことでなんとか1週間を乗り切れた。

ある科目を取った時に、1回目の授業に出られなかったことがある。1回目の授業のぎりぎりの時間に行ったら、空席もなく皆が座っているように見えて、なぜかトイレに駆け込んだ。そこで涙が出てしまい、泣いて遠い距離を歩いて帰った。そのことを支援団体Cのスタッフに話をした。話をしたら、たいしたことないと思えてきた。その科目の2回目の授業に、嫌だけど出てみたら自分が想像していたような大変さはなかった。

【Y大学1年夏休み明け】

Y大学の時には、夏休み明けに大学に行けなくなるということはなかった。それは、夏休み中も支援団体Cの活動に参加していたため、体を動かす習慣があったからだと思う。体を動かしていると、頭や気持ちがついて来る気がする。

Y大学で友達ができしたのは、授業でその子と同じグループになったのがきっかけだった。いつも一人でいるなあとわかる人が何人かはいたが、そのうちの一人が行事に一緒に参加しないかと誘ってくれたからだ。

【今考えていること】

今までは、大学に行くという目の前の目標しかなかった。それができるようになっている自分がある。とりあえず、将来のなりたい職業はあるが、自分がどういう人になりたいかでその職業になりたいのかわかるのは、まだ遠い感じがする。

2.3. 支援団体Cの活動

支援団体Cは1980年代に不登校児のためのフリースクールとして開設された。現在までに350名以上の子ども、それに関わる保護者・関係者に対応している。活動としては、不登校児のためのフリースクールの他に、カウンセリング事業、生きづらさを抱えた青年への支援活動を行っている。公認心理師や臨床心理士の有資格者を含む十数名のスタッフが、子どもから青年期に至る幅広い年代への支援活動をおこなっている。

2.4. 調査結果の分析

援助者Bへのインタビューから次のことが言える。

支援を行う上で、学生と援助者の間にまず信頼関係を築くことが重要である。信頼関係をベースに、援助者は学生に取組の意図を伝える。人は納得すれば、主体的に取り組むことができる。想像力が十分に育っていない段階では、より具体的に意図や見通しを示してあげることで、納得しやすくなる。

「人とどうにかかわったらよいか分からない」、「自分に自信がない」という悩みは、不登校やひきこもりの学生の多くが抱える悩みであるが、いきなりそれに挑戦しない。自分が苦手と感じている部分や相手のある対人関係に関して挑戦しても疲弊することが多い。それよりも、何とか教室という場にいられることを中心課題にする。授業に出席し、グループで議論したり、発表したりすることは、不登校の学生にとって大変な作業で不安が大きい。そんな時は、予めロールプレイによって練習し、何が起るかを予測し、どう対処するかを決めておけば不安は小さくなる。また、失敗した場合、援助者がそばにいて、話を聞くなど丁寧なフォローが必要である。

学生Aへのインタビューで最も印象的だったのは、話を聞いてもらうことの大切さが語られたことである。支援を受けたことで何が良かったかの問いに、学生Aは話を聞いてもらえてことを一番に挙げた。

3. 外部支援機関と連携した不登校学生への支援

3.1. 大学と外部支援機関の連携の意義

文部省（現文部科学省）高等教育局〔2000〕は、大学における改善方策として、学生相談を担うカウンセラーの充実や学生相談機関と学内外の諸機関の連携強化、何でも相談窓口の設置、不登校への対応等を挙げている。

また、日本学生支援機構〔2007〕では、学生の学力低下、意欲低下、対人関係の不安を要因として学生相談の質が多様化し、相談件数も増加している現状に対処するには、学生支援・学生相談体制の整備が急務であると述べられている。そのために、教員、職員、学生相談の専門家であるカウンセラーの連携・協働が不可欠であり、学生支援の3階層モデルを提示した。これは、教職員や他の学生が日常的な場面で支援を行う「日常的支援」、クラス担任制、アカデミックアドバイザー等の「制度化された学生支援」、学生相談機関、キャリアセンター等の専門家による「専門的學生支援」と支援を階層化することにより、学生の悩みの種類や深刻さによって適切な支援階層において学生を支えるモデルとなっている。

福田〔2000〕は、休学中の学生に対する面接活動の中で、ひきこもりの学生について、「大学に来るという目標は6カ月以上引きこもっていた学生には課題として重すぎ、家庭と大学の間に専門機関でのデイケアやグループなど何かワンクッションあればよいのだが、と感じることも多かった。このように家族への援助・介入の必要性の高い“引きこも

り”に対して、学内相談機関がどこまで援助できるかが課題であった」と述べている。筆者は、そのワンクッションの役割を外部支援機関の専門家が果たせると考えている。

大学が外部支援機関と連携すると学生支援はどう変わるだろうか。学生の視点から見ると、相談窓口に足を運びやすい点が挙げられる。不登校やひきこもりで登校できない学生が、大学敷地内にある学生相談室を訪れることは、大きな精神的負担を伴う。

大学の視点から見ると、たとえ学生が登校できない状況であっても、連携する外部支援機関を通じて、学生の状況を把握できることは有用である。また、専門的知識や豊富な支援経験のある支援の専門家を獲得できる点もメリットとして挙げられる。

一方、留意すべき点としては、連携する外部支援機関の体制や支援の専門的能力の程度が様々である点を理解したうえで、連携の詳細について十分に協議を重ね、互いの信頼関係を醸成しておくことが必要である。

佐藤[2020]は、学内外の諸機関が協働で支援を行うことの利点として、特定の援助者への負担の集中を回避できることを挙げている。外部支援機関の専門家と協働することにより、大学の学生相談機関への負担の集中が回避されることが考えられる。

3.2. アウトリーチ型支援の実現可能性

アウトリーチ型支援とは、援助者が学生の自宅を訪問する支援である。アウトリーチ型支援は、学生が大学に登校できない状況でも、学生に支援を届けることができる点で有用である。小柳[2014]は、自宅を訪問することが、学生を混乱させるおそれがあるとして、アウトリーチ型支援に関して、慎重であるべきと懸念を示している。しかし、筆者はたとえひきこもりが内的充実を図る健康な営みであったとしても、ひきこもり状態の学生が自らの状況を肯定的に捉えることは多くの場合困難であり、むしろひきこもっている時間の長さがさらに自信を失わせ、不安を大きくさせる悪影響があると考ええる。学生の状況を十分把握した上でのアウトリーチ型支援は有用であると考ええる。

アウトリーチ型支援は、高い技量を持つ専門家が時間と労力をかけて行う必要があり、人材の確保が課題になることが予想される。筆者が2017年に行った調査への回答として、アウトリーチ型支援について、人的リソースの不足への懸念が語られているが、外部支援機関の専門家との連携により人材を確保することが可能となる。

3.3. 休学期中の学生に対する支援

休学期間中の支援について、筆者が2017年に行った調査では、回答を得た91の大学のうち、面談を実施しているのは38校(41.8%)であった。一方、面談以外の支援を挙げている大学は、「復学カフェを設けている」、「学修支援を実施している」が各1大学のみであった。この結果から、休学期中の学生の悩みに応える本質的な支援は十分行われているといえない状況である。学生の悩みに応える本質的な支援とは、学生の悩みが人間関係に関するものであれば、学生が大学に居心地のよくいられる場を提供することや人とのかか

わりを育めるよう支援することである。学生の悩みが学業不振であれば、学生がなんとかついていけそうだと思うように学修支援を行うことである。外部支援機関の専門家と連携することにより、休学中の学生の悩みに応える支援を提供することが可能になると考える。

3.4. 今後の展望

本研究によって、外部支援機関の公認心理師や臨床心理士である専門家が、不登校学生に有用な支援を提供しうることを示すことができた。今後の課題としては、大学が外部支援機関の専門家を活用し、連携して学生支援を行う際の課題について研究を行ってきたい。

引用(参考)文献

- 小柳晴生 [2014] 「大学生の不登校をめぐって」『精神医学』56 (5)。
- 佐藤宏子 [2020] 「「支援を必要としながら相談に訪れない学生」に対する支援のあり方—人知れずキャンパスを去っていく学生をなくすために」『大学アドミニストレーション研究』10。
- 日本学生支援機構 学生生活部学生生活計画課 [2007] 『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』』独立行政法人日本学生支援機構。
- 日本学生支援機構 [2017] 『大学等における学生支援の取組状況に関する調査(平成27年度)集計報告(単純集計)』独立行政法人日本学生支援機構。
- 福田真也 [2000] 「大学生の引きこもりと心身症」『心身医学』40 (3)。
- 堀井俊章 [2013] 「大学生の不登校に関する研究の動向」『横浜国立大学教育人間科学部紀要1 教育科学』15。
- 宮西照夫 [2011] 『ひきこもりと大学生—和歌山大学ひきこもり回復支援プログラムの実践』学苑社。
- 文部科学省総合教育政策局調査企画課 [2020] 『令和2年度学校基本調査(速報値)の公表について』文部科学省 (http://www.mext.go.jp/b_menu/toukei/chousa01/kihon/kekka/k_detail/1419591_00003.htm, 2020年11月19日現在)
- 文部省高等教育局医学教育課 [2000] 『大学における学生生活の充実について(報告)—学生の立場に立った大学づくりを目指して』文部省 (http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/koutou/012/toushin/000601.htm, 2020年11月19日現在)