



スクールカウンセラーから 見たコロナ下の 子ども姿

「スクールカウンセラー」とは何か？

「スクールカウンセラー」は、平成7年に当時の文部省のスクールカウンセラー活用調査研究委託事業として導入されました。神奈川県を例にとると、初年度は高校1校と中学校2校が研究指定校となり、スクールカウンセラーが初めて配置されたのです。その後、研究指定校は、県内3校から16校、33校、56校と年々校数を増やし、平成13年度からは文部科学省によるスクールカウンセラー等活用事業補助と名を変え、全国の公立中学校全校配置となつて、今に至っています。

私は平成8年度から、横浜市を含む神奈川県内でスクールカウンセラーとして勤務し続けています。当初の任用条件は「臨床心理士」資格取得者で、勤務形態は週1日8時間で年間35週勤務というものでした。

中学校全校配置になってからは、自治体ごとに様々な工夫と独自性を出しながら継続されています。

国家資格の「公認心理師」が誕生してからは、公認心理師が任用条件に加わりました。臨床心理士・公認心理師のいずれかの資格取得者に加え、それと同等の知見と経験を有すると認められる者（医師や大学教員など）や有資格者に準ずる者も採用されています。自治体によって、年間勤務時間数には多少違いがあります。

スクールカウンセラーの主な仕事は、児童・生徒のカウンセリングと、その保護者や関わる教職員のコンサルテーション（専門家としての支援）です。児童・生徒本人の気持ちをケアするだけでなく、いかにして本人を支え育てる環境を作るかを考え、保護者や教職員に助言するのです。そのため授業観察をしたり、教職員とのミーティングに参加したりすることもよくあ



臨床心理士／スクールカウンセラー
中野 早苗

○ [なかの・さなえ] 慶應義塾大学・大学院で心理学を学ぶ。臨床心理士。神奈川県内の公立学校でスクールカウンセラーとして勤務する傍ら、子育てに関する執筆や講演などの活動も行ってきた。三女の母で孫が二人いる。

ります。個々のケースに関わるだけでなく、学校全体が児童・生徒に寄り添う組織になるように、教育相談体制の作り方などについて提案することもあります。

コロナ下の子どもたちの現状

2020年度と2021年度はコロナのために、遠足、修学旅行、運動会、文化祭といった、多くの子どもたちが楽しみにする行事ができなくなったり、縮小されたりしています。中学校の部活動では、運動部の大会や文化部の発表会も中止または縮小になりました。当たり前にできていたことがいくつも奪われてしまい、子どもたちは何度がかかりしたことでしょう。そんな中でも子どもたち全体としては、物事を前向きにとらえ、気持ちをよく保ち、できることの中に楽しみややりがいを見つけて、本当によくがんばっていると感心します。



>>> スクールカウンセラーから見たコロナ下の学校現場と子どもの姿

その一方で、昨年8月頃から疲弊の片鱗が一部の子どもたちに見え始めました。

① コロナ自体の脅威

子どもたちの中には、とても感受性の強い子どもがいます。そういう子どもたちは、「コロナにかかったらどうしよう?」「自分がおじいちゃんやおばあちゃんにうつしてしまつたらどうしよう?」という不安が極度に強くなり、不定愁訴(お腹が痛い、頭が痛い、吐き気がするなど、体の様々な箇所の不調を訴えること)、情緒不安定、頻尿といった症状を現します。

② 家族関係の悪化

私の勤務校では、不登校の子どもの数は大きく増えてはいませんが、リストカットなどの自傷行為をしている子どもが多くなつてきています。その背景には、家庭不和があることが多いです。

コロナによって親は在宅勤務、子どもは臨時休校となつて、家族全員が家の中で過ごす日々が長く続きました。そのため、元々あった小さな不和が次第に大きくなり、顕在化しているのです。子どもも大人も、家庭以外の自分の世界で過ごす時間が奪われてしまつたので、互いに寛容さを失いがちになると共に、逃げ場がないのです。

③ 学習や受験の不安

執筆時点の2022年1月現在、今年もまた、受験の時期を迎えようとしています。

臨時休校だけでなく、塾も休止またはオンライン授業になつた時期があり、高校や大学の説明会なども昨年度は遅延されました、今年度もオンラインが多いなど、例年とは全く違う様相となっています。

コロナは、自宅自己管理の下で学習に取り組める子どもと一人ではなかなか取り組めない子どもとの格差を、確実に拡大してしまいました。頼りにしていた塾に行けなくなつて、学習がストップしてしまつたと感じた子どもも多いでしょう。一方、自分で学習できるしつかりした子どもは、自分に厳しいが故に、もっとがんばれたのではないかと自分を責めているかもしれせん。

受験生は皆それぞれに、不満と不安を抱えていることと思います。そのために無気力になつたり、がんばらなければいけない



とわかつているのに動けないという葛藤を抱えたりしているかもしれません。

④ インターネットやパソコン・タブレットの活用揺れる学校

コロナの感染拡大に伴い、元々あった文部科学省によるギガスクール構想が、全国的に前倒しで進められました。

ギガスクール構想では、「1人1台の端末(パソコンやタブレット)と、高速大容量の通信ネットワークを一体的に整備することで、特別な支援を必要とする子どもを含め、多様な子どもたちを誰一人取り残すことなく、公正に個別最適化され、資質・能力が一層確実に育成できる教育ICT環境を実現する」とされています。

この構想の下、学校の各教室でWi-Fiにつなげられるようにする工事が行われ、今年度には小中学校の子どもたち全員分の、ノートパソコンやタブレットなど持ち歩ける端末が支給されました。これにより、学校は従来型の対面式の授業から大きく変わろうとしています。それは時代に合わせた進化なのかもしれませんが、黎明期の今は、教職員も児童・生徒も混乱の中にいます。まず、ハード面の整備がまだまだです。学校の通信環境整備の工事は一通り済んだとは言え、大勢が一度にアクセスすると、回線がパンクしてつながりにくくなる現象が何度か起こりました。

また、子どもたちの家庭の通信環境は、



各家庭によって大きな差があります。Wi-Fi環境のない家庭も少なくありません。そういう家庭には自治体がポケットWi-Fiを貸し出す形で対策していますが、数が足りていません。つまり、ハード面において、子どもたち全員が不自由なくインターネットを介して学習できるような環境は、まだ整っていないのです。

そして、さらに難しいのがソフト面です。なぜなら、オンライン授業に初めて取り組む教員がほとんどだからです。オンライン授業は、従来通りの授業をただ動画撮影して配信すればいい、というわけにはいきません。黒板全体が写る位置でカメラを固定したままだと、板書の文字が小さくて読めなかつたりします。きちんと授業を配信しようとする、細々とした調整や工夫をしなくてはならないのです。

誰でも簡単に、対面式の授業と同じレベルのオンライン授業が配信できるような基本パッケージのようなものはなく、学校・教員に丸投げされているのが現状です。そうになると、その学校にICTに強い教職員が何人いるか、教員一人一人がどれだけ新しい授業のやり方に順応できるかで、進捗状況には違いが出てきます。この違いは、自治体ごとというよりは、学校ごとのばらつきの方が大きいように感じます。

また、学校行事ができたりできなかったりすることで、教職員には「調整」という新たな仕事が増えてしまいました。さらに普段と違う状況での子どもたちの見守りに加え、オンライン授業という全く新しい授業をやらねばならず、教職員にも負担がかかっています。

子どもたちの中にも、「IT機器と相性の良い子どもと悪い子どもがいます。オンライン授業を実践した学校で子どもたちアンケートを取ったところ、授業への集中のしやすさと、授業での質問のしやすさについては「オンラインの方がいい」と「教室の方がいい」という回答が、ほぼ同数ずつありました。

また、家庭からオンライン授業にアクセスする時、自分で開始時間の管理ができる子どもばかりではないでしょう。授業が始まる前に声をかけてくれる保護者が不在ですと、授業を受け損ない、取り残されてしまいます。コロナ下で登校できない状

況になると、このような子どもたちを孤立させてしまいます。

子どもたちに見られる変化と対処法

先にも書きましたように、コロナの影響は、子どもたちの体調面にも精神面にも様々な形で現れます。

不定愁訴、頻尿、強迫的な行動、情緒不安定、無気力、不真面目、反抗的な態度などですが、これらはコロナ下でなくても見られるもので、原因を特定することは簡単ではありません。しかし今は、コロナ下での不安やストレスが原因の一部である可能性が十分にあります。大人はそのことを念頭においてほしいと思います。

好ましくない言動に気付かせることは、常に大切です。しかし、大きな声で怒鳴ったり、ましてや体罰を与えたりすることでは、子どもの行動が根本的に改善することも、健全に成長することもありません。そのことを、今一度強調したいと思います。

子どもが体調不良を訴えることが増えた時は、「大したことないのに大袈裟だ」とか「気のせいだ」などと否定しないでください。まずは訴える症状を心配する態度で、「どいつの時に」とか「どのくらいの強さ」など、具体的に聴いてやりましょう。安易に「気持ちの問題」と決めつけしないで、医者に診せてください。

好ましくない言動があった時には、「そ



>>> スクールカウンセラーから見たコロナ下の学校現場と子どもの姿

「ういうことを言つて（して）ほしくない」と大人の気持ちを伝えます。「そうではなく、こういうふうと言つて（して）ほしい」と、好ましい言動を具体的に伝えることも大切です。この時に、「乱暴者」「だらしない」「何度言われても直らない」など、子どもの人格を侮辱する言い方をしないように気をつけます。

背景にどんな不安やストレスがあるのかは、子ども自身もわかっていないことが多いものです。ですので、「理由を言いなさい」と問い詰めると、かえつて追い詰めてしまいます。子どもはかしまった場では、なかなか本心を言わないものです。となると、普段の何気ない会話が重要になってきます。

日常的に、大人は聴き上手になつてください。 食事の時やお風呂の中などで子どもが話すことを、うなずきながら聴きます。子どもが言った言葉をゆっくり繰り返したり、内容を整理して言い換えたりすることも効果的です。途中で遮ったり否定したりしないで、子どもが言わんとしていることを、全力で理解しようとしましょう。その会話の中に、子どもが抱える不安やストレスの一部が見えてくるかもしれません。内容がわかったら、それに対する解決法を考えることができます。

コロナ下、 そしてコロナ後の子育て

保育園に勤務している知人が、「以前に

比べて、乳幼児の表情が乏しいように感じる」と言っていました。子どもが表情によく自分を表現することを学ぶ過程には、**模倣**が大きく関わります。つまり、周囲の大人や子どもの表情を見て真似することで、自分の表情を作っていくのです。

コロナ下においては皆マスクをしていますので、顔の半分しか見えません。口元の表情を見る機会が大幅に減っていますから、表情が乏しくなることは起こり得ます。

子どもを表情豊かに育てるためには、家族の誰かが特別に感染した可能性がない時は、家の中では極力マスクを外した方がいいでしょう。兄や姉がいる場合は、天真爛漫な様々な表情を見る機会がありますが、第一子の場合は、父母が意識的に表情を豊かにして見せることも必要です。

コロナ下の学校生活は、父母が経験したものとは全く異なります。子どもが何らかの問題にぶつかった時、父母も経験していないために、経験から教えることができないうことが増えると考えられます。すると、**大人と子どもが一緒に考える子育て**がますます重要になってきます。大人には、物事の考え方や価値観などの根本的なところを子どもに指し示す大事な役割があり、それはコロナ前もコロナ後も変わりません。

ただ、状況は目まぐるしく変わり、当たり前だったことが当たり前でなくなります。具体的なことは、状況に応じて一つ一つ考えなければなりません。親子の間で、

言葉で伝え、理解し、一緒に考えるやり取りが、コロナ下、そしてコロナ後には特に大切になると思います。

かねてより、家庭は子どものホームベースだと言われてきました。子どもにとつて、家庭が安心して居られる場所であり、どんな時も何があっても父母が子どもの味方であるならば、外の世界で苦しいことがあっても、家庭で羽を休め、エネルギーを蓄えて立ち上がることができます。

コロナ下で感染が拡大している時期は、家にいる時間が長くなりますので、家庭の居心地が良いことがなおさら重要です。それは、大人にとつても同じことです。子どものホームベースたる家庭にしようと努めるとしても、誰かが一方的に我慢をして家庭が保たれているのだとしたら、意味がありません。

D V（ドメスティックバイオレンス）やモラルハラスメント、児童虐待をする人が家の中にある限り、個人の努力ではどうしても家庭を維持できないことはあります。そういう時は、家の外に助けを求めることができる、助けを求めることが適切なことだと承認される、そういう社会になることを切に望みます。

コロナ禍を機に、「子どもは社会が育てるのだ」と、「家庭環境の違いによって子どもが受ける不平等・格差は、社会が責任を持つて埋めるのだ」と、そういう考え方が主軸になっていってほしいものです。