

# 教育センターだより

～第106号～



令和6年 5月22日発行

佐野市教育センター

佐野市上羽田町1134番地1

☎ 20-3108

20-3048(相談専用)

## 相談する力

佐野市教育委員会教育長 津布久 貞夫

令和5年度の佐野市教育センターでの教育相談件数は、238件でした。前年度に比べ、小学生や中学生の保護者からの相談が増えています。特に、不登校に関する相談が増加しているようです。児童生徒の不調は、登校渋りであったり、身体症状であったりと、その背景には、安心できない環境、学習面のつまずきや失敗体験の積み重なり、発達段階や発達特性、繊細さ、家族の事情、生活リズム、サポーターの有無など様々な要因が関係していることが考えられます。教育センターでは、主訴に寄り添いながら、様々な情報を基にしっかりとアセスメントし、チームで支援できるよう体制を整えています。

さて、ある医師がとったアンケートでは、「あなたは、困った時に人に相談しますか。」という質問に「(すぐに)相談する」と答えた人は28.8%で、「(あまり)相談しない」「どちらともいえない」が71.2%いるといえます。つまり悩みや不安を抱え、人に相談できず、どんどん悩みを膨らませ、ストレスを抱えていく人が約7割いるということです。医療機関を受診している人でさえ症状の不安を医師に相談できない人がいて、この医師は「相談できない症候群」と呼んでいます。そして、この症状は職場でもよく見られるものだと言っています。

なぜ、相談できないのか。それは、相談することに心理的な高い障壁を感じるからです。どうして壁が生まれるのかというと「相談することが自己開示」だからです。ありのままの自分をさらけ出すことに人は恐怖を感じるからです。しかし、勇気をもって「自分の大切な秘密」を相手に話すと、胸のつかえがとれたような「自己開示の癒し効果」を感じることができるのです。「人に相談できない」ことがストレスになります。「人に相談できた」ことが癒しになります。(註1)

児童生徒は、学校生活の中で、困ったこと、不安に感じていることを勇気をもって相談できているでしょうか。「相談しても解決しない」とか「相談しても何も変わらない」という理由で相談することに躊躇していないでしょうか。カウンセリングを受けるとか相談することに大きな価値を見出している欧米に比べ、日本ではその意識が低いともいわれます。ぜひ、児童生徒自身に、これまで以上に相談する力(勇気)を身に付けさせたいと思います。もちろん、学校現場においては、相談を受けやすい体制づくりや相談機関との連携を充実させる取組などを今後とも継続していく必要があります。

(註1) 樺沢紫苑『言語化の魔力』幻冬舎 2022年