

学生相談室の利用状況から見た相談や学生の特徴

下 平 明 美

Characteristics of the Utilization Situation in the Student Counseling Room

Akemi SHIMODAIRA

要 旨

本研究では学生相談室での日常の相談活動について振り返り、相談の特徴や学生の特徴を明らかにすることを目的とした。来談学生数は専任カウンセラーが常駐することで増加し、1人当たりの相談回数も増え必要な学生が相談を利用しやすくなった。相談内容としてはどの学年においても修学・履修の問題や心理・精神的な問題が多かった。来談時期は大学の年間スケジュールや学生の学年移行に沿った様相を示したが、相談内容により、中・長期の継続相談となったり、再来を繰り返したりする学生も見られた。特に学校に行けないなどの履修状況の問題や継続的な支援を必要とする発達のな問題、入学前からの対人トラウマなどの深い心理的な問題を抱える学生にとって、カウンセラーが積極的に学生とつながり続けようと働きかけることのできる学生相談が有用であると考えられた。

キーワード：学生相談、利用状況、相談継続、再来利用

1. は じ め に

学生相談の実践の中での直接的な学生への支援にとどまらず、学生相談担当者の立場から学生像をとらえ、その知見を大学や社会に還元しようとする試みが増えてきている。代表的なものとしては鶴田（2001）の提唱した「学生生活サイクル」が挙げられる。これは大学生の学年移行に伴う心理的課題の変化を軸として、学生相談事例や大学生全体を理解する視点である。また、高石（2009）は、学生相談カウンセラーの視点から最近の学生の心の問題を「悩めない」学生、「巣立てない」学生として類型化して提示し、心を育てる支援について示唆している。最近では窪内（2015）が監修した「学生相談から切り拓く大学教育実践」という著書に、従来から学生相談が蓄積してきた学生支援に関する「知とスキル」を大学教育に生かすいくつかの実践が紹介されている。例えば、問題を抱えつつも援助を求めない学生への支援、「思春期延長」と捉えられる学生たちを聞くことで育てる、自分を「隠す」ことにエネルギーを費やし「感じない」で生きている学生たちに身体的実感を育む心理教育、主体をかたちづくる試み、「悩めない学生」に関わる視点などの論考が示されている。学生相談機関への来談者を対象とした調査研究も多く、例えば、石谷（1999）は面接継続回数によって面接作業を検討し、吉良ら（2007）は学生相談来談者の学年ごとの問題内容と学生期の課題について考察している。

本研究ではA大学学生相談室での日常の相談活動について振り返り、相談の特徴や学生の特徴を明らかにすることを目的とした。このような特徴を明らかにすることは、今後の個別的な相談や対応、支援を行う際に活かせると考えられる。また、これらの情報を学生に関わる教職員と共有することは、学生の問題の予防および学生の心理的な発達支援に有効であろう。

2. 方 法

今回研究の対象としたA大学の学生相談室は、保健室と学生相談室からなる保健センターの組織である。学生相談室のスタッフは、学生相談室長（心理学を専門とする教員であり兼任カウンセラー）1名、専任カウンセラー1名、保健担当者2名である。学生相談室で学生の相談に対応するのはカウンセラーと保健担当者で、保健担当者も学生の身体的な健康面だけでなく精神的な不調や対人関係の悩みなど様々な相談に対応しているが、その役割から継続的な相談対応を行っているわけではない。学生が相談に来た際にカウンセリングを希望していたり、対応した保健担当者がカウンセラーによる対応が適切と判断したりした場合に、カウンセラーによるカウンセリングが行われている。また、学生相談室では、保護者からの相談を受けたり教職員および関係機関との連携・相談も行ったりしている。学生の相談室利用の方法としてカウンセリング以外の資源も提供しているが、今回はカウンセラーが対応した学生の相談について検討した。

学生相談室では利用した学生に関して相談申込票と相談の経過から、いくつかの項目についてデータベースを作成している。今回の研究ではその項目のうち、相談受付学年、相談受付月、面接回数、利用期間、相談内容の項目を抽出し、関心に依じて2つの項目をクロス集計した。なお筆者の手元に全体的な統計資料があるのは平成19年度からであり、詳しいデータがあるのは専任カウンセラーが着任した平成23年度からであったので、これらのデータを分析の対象とした。

3. 結果および考察

(1) 来談学生数

まず、学生がどの程度相談を利用しているのかをみるために、各年度の来談学生数を図1に表した。平成23年度に専任カウンセラーが着任するまでは、年度によってカウンセラーの配置体制（カウンセラーの人数や勤務時間）に違いがあり、それが年度による差となって表れたものと考えられる。専任の常勤カウンセラーが配置された平成23年度からは、全体的に相談の利用が増えた。なかでも相談実施者数（実人数）の増加に比べて相談実施回数（延人数）が増加しており、1人当たりの相談回数が増加していることがわかる。平成19～22年度は1人当たり5.2～5.9回、平成23～26年度は1人当たり7.0～9.2回であった。非常勤カウンセラーが対応していた時には、学生の時間割や生活状況の変化によって相談継続が難しくなることが課題の1つであったが、カウンセラーの常勤化によりその問題が軽減されたと考えられる。

なお学生相談においては、一度相談を利用した学生が間隔をあけて再度来談することも多い。そのたびに相談を利用しようとした動機があると考えられ、今回の研究では、基本的に再来時の来談も1件の来談として扱った。

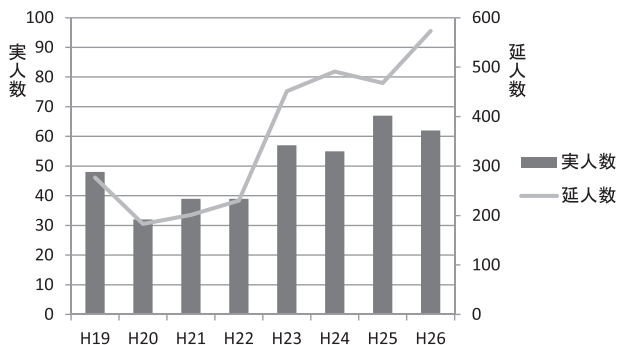


図1 年度別来談学生数

(2) 月別新規来談者数

学生が相談を利用しようとする時期にどのような特徴があるかを見るため、年度ごとに初めて来談した時期を月別に示したのが図2である。また前年度からの継続利用者を除く新規来談者数を図3に表した。年度により多少のずれはあるものの、いずれの年度も4月に最も来談者が多く、夏休みである8月に向けて減少し、後期が始まると再びやや増加して経過し、春休みの2、3月の新規来談者は非常に少なくなっていた。当然のように大学の年間スケジュールに沿った状況であるが、前年度からの継続利用者を除いても特に4月の新規来談者が多いことが特徴的であった。

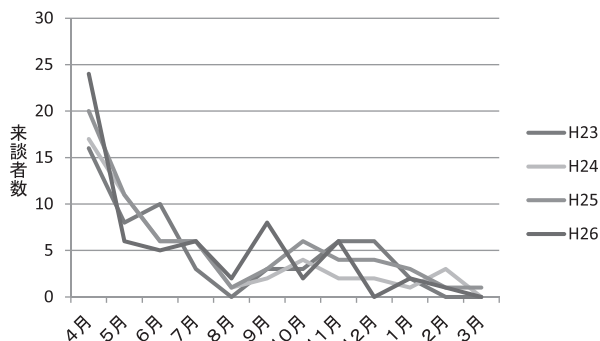


図2 月別新規来談者数

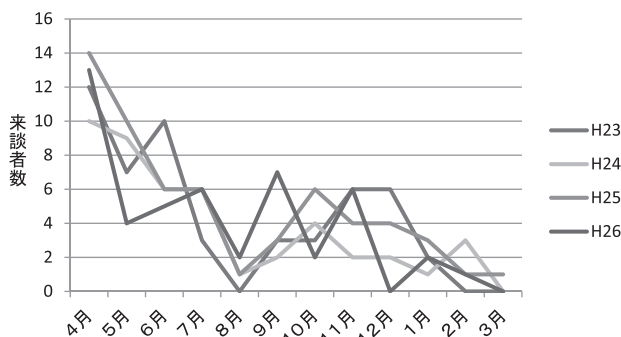


図3 前年度からの継続利用者を除く月別新規来談者数

(3) 学年別利用率

次に学年によってどの程度利用率に違いがあるか、学年別の来談率を表したのが図4である。来談率は来談した学生数を在籍学生数で除して求めた。大学院生は全体数も少なく、各年度1、2名の利用者がいる程度なので、来談率を算出していない。

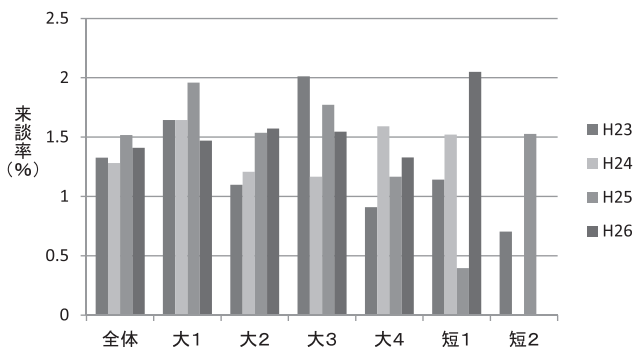


図4 学年別の来談率

短大生は各学年250名程度で全体数が少ないことが年度によって来談率のばらつきが大きくなっている要因と考えられる。大学生を見ると、各学年でそこまで大きな差は見られないが、中では1年生が最も利用率の高い年度が多い。続いて3年生の利用率が高く、4年生が最も低い傾向がうかがえる。

学年ごとの利用率については、各大学が持つ学生相談室の性質によって異なる部分がある。キャンパスによって在籍学生の主な学年が異なる学生相談室はもちろんのこと、履修相談など修学面の相談を受け付けることが新入生に周知される学生相談室では1年生の利用率が高くなり、キャリア相談を受け付けることを広く広報している場合は高学年の利用率が高くなるなどである。A大学の学生相談室では、大学での新生活への全般的な不安を抱えた1年生や履修システムなどの理解に時間がかかったり不安を抱いたりしている学生、履修状況が不安定で自分に合った履修の仕方を考えたい学生には、履修相談を行うことがあるが、一般的な学生は教務課の相談窓口やチューターなど学科教員との相談で対応されている。またキャリア支援については、キャリアセンターや学習支援センターが中心となって対応し、学生相談室を利用している学生で必要な場合はそれらの部署と連携して支援をしているのが現状である。したがって、大学全体でそれぞれの学年に必要な支援や部署による役割分担がかなり行き届いており、学生相談室の学年別の利用率に大きな偏りが出ていないのではないかと考えられる。

(4) 相談内容

学年別の相談内容を示したのが図5である。ここまで平成23年度から平成26年度については月別や学年別の来談傾向に年度による大きな差が見られなかったことから、以降の分析は平成23～26年度のデータを合わせて検討した。

相談内容は相談過程の中で少しずつ変化することも多く、一人の学生が複数の相談内容を示すこともあるが、今回は学生が主にどういうことから学生相談を利用しようとするかという視点から、来談初期の主な相談内容によって分類を行った。各カテゴリの相談内容は以下のようなものである。

- 1) 修学・履修：学校に行けない，授業に出られないなど履修状況の問題。履修登録などに関する疑問や悩み。勉強についていけない，卒業研究のつまずき，など。
- 2) 進路・就職：入学したが合わない。退学・休学したい。再受験や転部転学科を考える。何をしたいかわからない。将来が不安。就職活動がうまくいかない，就職活動への不安，など。
- 3) 学業以外の生活：サークル，バイト先などの問題。宗教カルトからの誘い，など。
- 4) 身体面：吐き気，頭痛，腹痛，めまい，疲れやすいなど様々な身体の不調。背景に心理的問題があるのではないかと，本人が考えたり周囲の人や保健担当者に勧められたりして来談。
- 5) 心理・精神面：不安，抑うつ，情緒不安定，希死念慮，自傷行為，対人緊張，パニックや強迫などの神経症的症状，摂食障害，トラウマやストレス反応，など。
- 6) 性格：自分の性格についての悩み，自分について知りたい，など。
- 7) 対人関係：友人や異性関係，家族との関係などの悩み。
- 8) その他：友人や家族など自分以外の人の問題について，その他のトラブル，など。

どの学年でも，1) 修学・履修と5) 心理・精神面の相談内容が多かった。1年生では，1) と5) の多さが顕著であるが，それに加えて，7) 対人関係，2) 進路・就職の順になっている。2年生では，7) 対人関係が多いのが特徴的である。3年生は最もいろいろな相談内容に分散している。4年生は，2) 進路・就職，6) 性格が多かった。

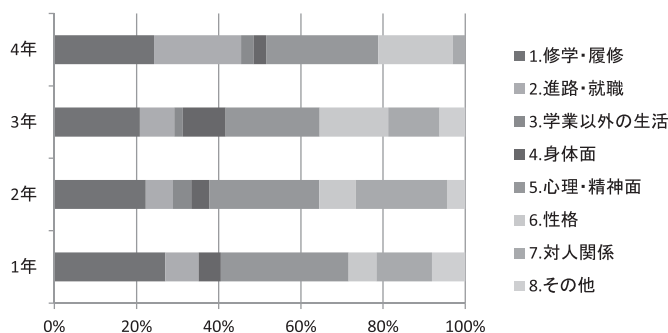


図5 学年別相談内容

(5) 来談時期と相談内容

もう少し詳しく来談時期と相談内容の関係について見るため，まず学年によって新規来談の時期に特徴が見られるかどうかを見たものが図6である。

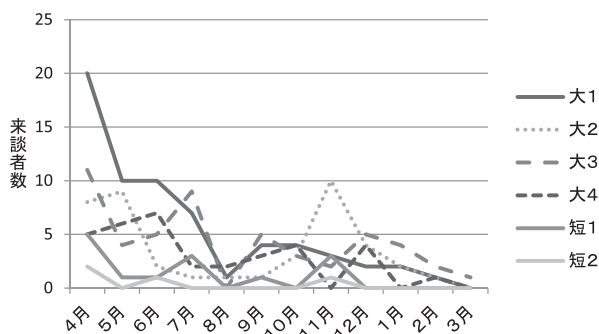


図6 学年ごとの月別新規来談者数

図2, 3で示したように全体的に4月の新規来談者が多かったが、そのかなりの部分を大学1年生が占めていたことがわかる。1年生の4月に新規来談した学生の相談内容は多い方から、5) 心理・精神面が30.4%, 1) 修学・履修が21.7%, 2) 進路と7) 対人関係と8) その他が13.0%であり、1年生全体の相談内容と比べて特に目立った特徴はないようである。入学してきての不応感感が相談されるのはもちろんだが、不登校的な問題や心理・精神的不調などは入学前からの課題であったものが多く、高校でのスクールカウンセリングを利用していた学生もあり、入学して間もなく学生相談につながることであったと考えられるケースが多かった。

2年生は、4, 5月と11月に2つの山を持つというやや変形したパターンを示している。4, 5月の新規来談者の相談内容は、7) 対人関係が31.6%と多く、主に大学の友人関係に関する1年生の時からの問題を2年生になっても解消できず思い切って相談に来たという学生が多い。学年が変わってもクラス替えのないまま固定化した人間関係を変えられずに苦しんでいる様子が見えられた。11月は全体的傾向と同様に、1) 修学・履修と5) 心理・精神面の問題が多くみられた。1) 修学・履修の問題は10月にも多く10, 11月を合わせると35.7%であった。2年生後期はこれらの問題が顕在化してくる時期なのかもしれない。

3年生は7月の新規来談者が多いが、4) 身体面の相談が37.5%と多かった。図5でも3年生は相談内容が分散しており、この時期の学生の生活が拡大していることがうかがえる。相談に来た学生の中では、卒業後や就活などに強い不安を抱きつつ、学業以外にもバイトや資格試験などにハードな生活を送っているものが多い印象であった。

4年生では、6) 性格の相談が4, 5, 6月に27.8%と多く、自己分析や進路選択などを求められる就活との関連があるものと考えられる。2) 進路・就職そのものの相談は6月(57.1%)と10月(50.0%)に多かったが、就職スケジュールの変更によって今後変化が見られるかもしれない。

(6) 面接継続回数

石谷(1999)は、一般的な週1回の継続面接では1年間に行える面接回数は30回程度で、学年歴を考慮するなら面接回数が10回を超える場合はほとんどが長期の学休期間をはさんで来談を継続したことになることから、面接継続回数を初期相談(1~3回)、短期相談(4~10回)、中期相談(11~30回)、長期相談(31回以上)と分類した。本研究でも石谷(1999)にならって面接継続回数を分類し、面接継続回数と来談時期との関係を図7に、面接継続回数と相談内容との関係を表1に示した。再来者は、前回と同様の相談内容で来談する場合もあるが、違った内容で相談する場合もある。そこで、ここでも初来談時と再来時をそれぞれ1件と考えて集計を行った。また現在継続中のケースは除いた。

来談時期との関係について見ると(図7)、どの学年においても約半数が1~3回の初期相談であった。4年生に長期相談者がいないのは当然であり、それ以外の点では学年別という来談時期と面接継続回数には特に特徴は見られなかった。3年生で来談し31回以上の長期相談を行ったのは、主として卒業後の自分を意識して性格について考えたり精神状態の安定を目指したりした学生たちであるが、3年生での来談者に長期相談者が多かった点は専任カウンセラーが着任した時期との兼ね合いもある可能性があり、今後の経緯を見ることが必要だと思われる。

相談内容との関係では(表1)、長期相談になるのは、5) 心理・精神面と6) 性格についての相談であったが、同じような相談内容でも継続回数には差が見られた。面接継続回数について

は、短期で解決できれば良い、あるいは長期的にじっくりと取り組めた方が良い、と短絡的に評価できるものではない。この点については相談過程や帰結、学生の適応状態などより細やかな検討が必要であろう。

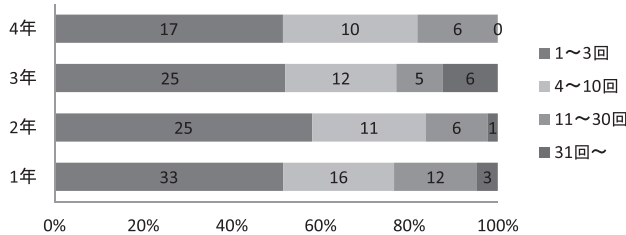


図7 面接継続回数と来談時期との関係

表1 面接継続回数と相談内容との関係

継続回数	相談内容								合計
	修学・履修	進路・就職	学業以外	身体面	心理・精神	性格	対人関係	その他	
1～3回	23	12	3	5	25	10	15	9	102
4～10回	11	7	1	4	15	5	6	1	50
11～30回	9	1	0	3	10	4	5	0	32
31回～	0	0	0	0	4	5	1	0	10
	43	20	4	12	54	24	27	10	194

(数字は人数を表す)

(7) 利用期間と再来利用について

来談時期と学生相談室の利用期間との関係を表2に示した。これは、一人の学生が初めて学生相談室に来談した時期から最後に利用した時期までが何か月間であったかを調べたものである。相談継続中の学生は集計から除かれている。初来談から途切れることなく継続して利用した学生もいるが、途中で長期にわたって相談室利用のない時期を含む学生もいる。前述したように週1回の継続相談を1年近く続ければ学休期間を除いても約30回になるが、表1に示されているように面接継続回数が31回以上の学生が10名であるのに、13か月以上の利用期間がある学生が29名いるということはそれだけ再来して学生相談を利用している学生がいるということになるであろう。

表2 利用期間と初来談時期との関係

利用期間	1年	2年	3年	4年	他	合計
1～2か月	30	12	16	13	2	73
3～6か月	13	9	8	8	3	41
7～12か月	7	4	3	2	1	17
13～18か月	7	3	3			13
19～24か月		3	3			6
25～48か月	6	4				10
	63	35	33	23	6	160

(数字は人数を表す)

そこで再来の状況について、もう少し詳しく検討した。今回の研究では来談学生とカウンセラーが同意しての終了または連絡が途絶える形で相談が中断した後、3か月以上の間隔をあけて再開した場合を再来ケースとして扱った。再来者は全体の19.2%であった。同じ学年での再来ケー

スとなるものは見られなかった。再来した学生のうち大学1年生と短大1年生は0名で、2年生24%、3年生44%、4年生29%、短大2年生3%であった。再来の時期を学年ごとに月別に示したのが図8である。短大2年生は1名で6月の再来であった。

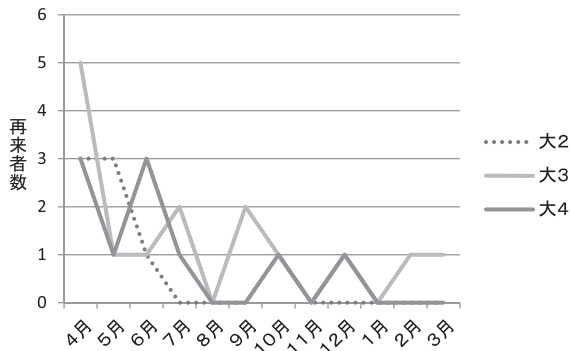


図8 学年ごとの月別再来者数

また再来の間隔は、3～6か月が32%、10～11か月が26%、14～18か月が32%、23～24か月が10%であった。個々のケースについては再来の意味にいろいろ思い当たる点があるが、今回の結果から再来ケースの全体的な特徴について考察することは難しい。今後データの蓄積に期待したい。

4. お わ り に

これらの利用状況から、学生相談に特徴的な相談について考えてみたい。相談内容として、1) 修学・履修と5) 心理・精神面の問題が多かったが、大学に来にくくなっている学生が教員や保護者などから学生相談室の利用を勧められるなどして相談に訪れる場合もある。教室や授業ではなく、他の学生の目の少ない学生相談室であればやって来ることができる学生もいるが、なかなか継続して相談を利用し支援を役立てるのは容易ではない。中には何度も中断しかけながら継続したケースもある。相談が中断しても大学生活がほぼ順調に送れているようであれば、カウンセラーの方から働き掛けない場合も多いが、大学への通学も途切れがちなようであれば、カウンセラーとしては何とかその学生とのつながりを続けることを考える。予約に連絡なくあられなかった時、カウンセラーの方から連絡を取ることも多いが、なかなか連絡の取れない学生もいる。必要と考えれば、タイミングを見つつ何度も連絡を取り、時には学内で見かけて声をかけて相談室に繋がってきた学生もいる。このような取り組みができるのは常勤の継続的なカウンセラーがいることの強みであろう。山下(2015)は、卒業研究のつまずきから大学に行けなくなった学生に対し登校が安定して課題が増えるともたに行けなくなることの繰り返しの中で相談も中断を繰り返しながら継続した事例を紹介し、現実から目を背けようとする一方で、「今度こそ周囲の人間から見捨てられたに違いない」という不安におののいているであろう学生に、「行き詰ったときこそ一緒に考えよう」というメッセージを何度も送り続けたことが心理的援助の1つであったと述べている。A大学での長期継続ケースや再来ケースにはこのような事例も含まれていた。背景にある心理はすべてが山下(2015)の考察したものと同じではないが、このような形での関

わりは学生相談で行われる大切な支援だといえるであろう。

また長期継続ケースの中には、入学までに様々な対人トラウマを経験しており、大学生活をスムーズに送ることがとても難しい場合がある。学生相談室での相談には期限や環境的な限界があり、また学生相談の目的からも彼らの抱える問題への全面的な対応ではなく修学適応に焦点づけた支援を行うことになる。しかし、対人トラウマについて学生相談で扱わないわけではない。そこにまったく触れずに現実適応を改善することはできないからである。井ノ崎（2013）も対人トラウマに関わる問題のワークスルーを続けたことで適応的な行動をとることができるようになった学生の事例を紹介し、時間的制約がある学生相談では、根本的な問題の完全な解決は社会人になって以降に求められることも多いが、「対人トラウマをもつ学生の支援において対人トラウマ体験にまつわる問題のワークスルーをすることは現実の生活への適応を達成するために意義のある作業であると言える」と述べている。対人トラウマを抱えた学生に限らず、短期相談の学生であっても、学生相談の場でカウンセリングが役立つと体験したこと、人に相談をすることを良いものだと感じられた経験は、今後の相談利用を行いやすくし、一人で問題を抱え込んでメンタルヘルスを悪化させることの前防に役立つものと考えられる。

引用文献

- 井ノ崎敦子（2013）. 対人トラウマを持つ学生への心理面接におけるワークスルーの意義－学生相談における限界と可能性－. 学校危機とメンタルケア, 5, 39-49.
- 石谷真一（1999）. 面接継続回数から見た学生相談臨床の特徴. 心理臨床学研究, 17, 261-272.
- 吉良安之・田中健夫・福留留美（2007）. 学生相談来談者の学年ごとの問題内容と学生期の諸課題. 学生相談研究, 28, 1-13.
- 窪内節子監修（2015）. 学生相談から切り拓く大学教育実践, 学苑社
- 高石恭子（2009）. 現代学生の心の育ちと高等教育に求められるこれからの学生支援. 京都大学高等教育研究, 15, 79-88.
- 鶴田和美（2001）. 大学生の学生生活サイクル. 鶴田和美編, 学生のための心理相談, 培風館, pp2-53.
- 山下親子（2015）. 学ぶ主体を育む「学生相談面接」. 窪内節子監修, 学生相談から切り拓く大学教育実践, 学苑社, pp178-187.

〔2015. 6. 25 受理〕