

## タイトル：健康と希望を育む相談活動をめざして

### ～選択理論をベースに所属感を育みながら～

発表者名：井上 千代 大野 佐由子

家族をめぐる痛ましい事件「人間は、辛さ苦しさには耐えられるが、大切な人との関係が悪い」という寂しさには耐えられない」。不登校の生徒や保健室利用の多い生徒から学んだ最大の事です。彼らは、自分にも他人にも否定的で、健康度も低く欠席も多い傾向にあります。彼らの「寂しさ」を「つながり」に変えるための支援方法を求め続けて、8年前に選択理論と出会い実践の効果に驚いています。

本校は愛媛県西予市三瓶町にあり、リアス式海岸を有する自然豊かな地域です。生徒は、明るく素直ですが、人の目を過度に気にし、主体性に乏しく、小さなトラブルから、不登校につながる事例が、平成8年頃から増えはじめました。4年前に赴任してから、まず、私自身が、人間関係を近づける習慣（笑顔・傾聴する。支援する・励ます・尊敬する・信頼する・交渉する）を保健室で実践しています。生徒の長所に注目して、愛・所属と力の欲求を満たすお手伝いをしています。

職員会議でも、愛・所属の欲求が満たせていない生徒は、健康面、学習面、行動面でも問題を抱えがちであること」を保健室データにより情報提供しました。教師との良好な人間関係の重要性を共通理解して、文部科学省委嘱「心に響く道徳教育」を推進してきました。これらの取組の結果、緊急かつ重要な教

育課題と言われ続けた不登校・保健室登校の問題は解決し、欠席もピーク時の四分の一にが続いています。減ってきました。「教師から大切にされている」と感じている生徒が、24%増え、92%になりました。現在は、予防的な視点から「愛・所属」「力の欲求」を満たす積極的な相談活動の研究を進めています。

保護者や地域への情報提供も重要だと感じて、大野佐由子さんと協力して西予支部を立ち上げ、有志の皆様のご協力により講座や講演会は120回を超えました。また、今年度より、西予市養護教諭自主研修会を進めています。保健室は、相談が多く選択理論が活用しやすい場所なので、とても好評を得ています。

交通の便が悪く人口9千を切る三瓶町で、のべ5500名に情報提供できましたこと、昨春秋にグラッサー博士ご夫妻、柿谷先生ご夫妻が、三瓶中学校（教師・生徒・保護者）と三瓶文化会館（860名参加）で講演や通訳をしてくださったことは感慨無量です。学会員の皆様にあらためて感謝申し上げます。

これらの活動が、地域の方々のメンタルヘル스에役立ち、クオリティ・スクールへの理解が深まることを願っています。学会員の皆様のご指導をいただきながら、ぜひとも、三瓶町でGQSを実現させたいです。子どもたちの幸せと過疎地の活性化のために。

#### 発表者紹介内容項目

- ・リアリティセラピー基礎講座修了：2000年 上級講座修了：未
- ・現在の所属、職名、役名： 井上 千代 西予市立三瓶中学校 養護教諭
- 大野 佐由子 南予地方八幡浜支局職員健康相談室 保健師
- ・今一番興味のあること：二人とも、第二新婚生活中。三瓶町でのGQS実現と選択理論の情報提供。