

# 大学キャンパスでおこなう、ひきこもり・不登校 学生支援プログラムー復学までの過程

和田 修

## 1 はじめに

現在、推計で全国に360万人のひきこもりがいていわれている。大学における不登校・ひきこもり学生数も増加傾向にあり、2008年度末の厚生労働省の調査によると、全国の大学生約280万人のうち、不登校の大学生は推計で8万1000人、内2万8000人がひきこもり状態にあるとしている（目良，2010）。大学生の不登校・ひきこもり学生の大きな特徴としては、対人関係が苦手であり、孤立しがちな学生に多い。不登校の学生も大学に全く来ない学生からキャンパスには出て来ることが出来る学生まで様々であり、不登校学生の支援は各々の学生の状態に合わせて支援を考えていく必要がある（宮内，2004）。このような状況を踏まえて、全国の大学では独自のひきこもり支援をおこなっている所も多く、九州大学では、健康科学センターを中心に「ファミリーサポートグループ」の取り組みをおこなっており、大学とひきこもり学生および大学とその家族のつながりを作る支援をおこなっている（松下ら，2007）。和歌山大学では、ひきこもり経験のある学生をピアサポーターとして活用、家庭訪問からグループ活動への参加へと繋いでいくひきこもり支援をおこなっている（宮内，2007）。これらの大学の支援の特徴は、健康管理センター等を中心とした医師、保健師およびカウンセラーの連携によるチーム支援であり、大規模大学でこそ可能な大掛かりな支援と言えよう。一方、中、小規模の大学においては学生相談室内での居場所提供やグループカウンセリングなどが支援の中心になっており、積極的な支援活動には人員的・資源的限界があると思われる。

本事例のX大学は、3学部3000人規模の地方大学で、学生相談室には3名の非常勤カウンセラーが配置されている。学期中の月～金曜日の10時から18時ま

で開室しており、そのほとんどは通常の相談業務に追われている。本学のように小規模校の学生相談室においては、カウンセラーの人数や勤務時間の問題により、大きな支援プログラムを実施することが難しい。そこで、大学の学期の流れの中で、大学のキャンパス機能を活用し、更に大学祭という大学行事を支援の場として活用しながら、小規模大学の学生相談室でも出来る長期的なひきこもり支援プログラムを実施した。1年目の対象学生は6名の男子学生で、その中でもDくんの話を中心に参加メンバー6名との関係性の中での事例をもとにひきこもり支援プログラムを考察していきたい。

## 2 事例の概要

### (1) 支援プログラムの特徴

支援プログラムは大きく3期に分かれており、グループを結成する前の「準備期」。グループを結成し、心理教育プログラムを実施した「グループ結成期」。そして、結成したグループで大学祭へ参加する等、積極的なグループ活動がおこなわれた「グループ体験期」に分けて報告する。

「準備期」では、X年8月にひきこもり学生の家族を対象に家族会を実施。ひきこもりについて理解や対応方法を学ぶ学習会と、家族が抱える悩みを語り合う茶話会をおこなった。その後、月1回程度、保護者と連絡をとりながら心理教育プログラム参加への準備を進めていった。

「グループ結成期」では、X+1年5月より段階的なグループ体験を通して自己発見と対人関係スキルを学ぶ、心理教育プログラムを学生相談室で実施した。このプログラムは「心理学講座」と呼ばれ、週1回90分の全8回おこなわれ、前半は対人緊張を和らげるために個人作業を中心に、段階的にミニゲームを取り入れながら関係性を築いていった。中盤はコミュニケーションを伴う心理ワークを取り入れ、自己紹介や他者理解を目的とした体験学習として実施した。最終回が終わったのはX+1年7月だった。

心理学講座には、本学のCo2名がファシリテーターとして入り、事前・事後面接もCoが担当した。

「グループ体験期」では、X+1年10月末に開催される大学祭に店舗出店を目指してグループ活動をおこなった。準備活動は特に活動時間を設定せずにグループの自発性を活かして、グループ内で調整してもらい出店準備にあたった。代表責任者はCoが務めたが、出店準備は学生グループが中心となっておこなった。

グループの参加メンバーは男子学生6名で、プロフィールは以下の通り。

Aくん（6年）	不登校 / 就職不安・将来不安	定期面接
Bくん（4年）	不登校 / うつ状態 / 将来不安	定期面接
Cくん（3年）	ひきこもり / 体調不良 / うつ状態	定期面接
Dくん（3年）	ひきこもり / 対人恐怖	保護者面接
Eくん（2年）	ひきこもり / 無気力 / 孤立	保護者面接
Fくん（2年）	不登校 / 対人緊張	定期面接

## (2) 支援プログラムの経過

### 1) 準備期（X年8月～X+1年4月）

支援プログラムのスタート時（X年8月）は、D、Eくんを除く4名はCoと1～2週に1回のペースで個人面接がおこなわれていた。また、Cくんを除く全員の保護者と学期に1回程度の保護者面接をおこなっていた。D、Eくんは、プログラムスタート時にはひきこもった状態で、Coが保護者とのみ連絡をとっていた。A、B、Fくんは、授業へ出席することも出来たが継続性はなく、ほとんど欠席していた。Cくんは（3年）は2年次の一年間ひきこもっており、X年7月よりCoとの個人面接のみ来談している状況であった。6名はお互いに面識はなく、大学キャンパスに居場所もなかったため、Coとの面接以外に大学キャンパス内で過ごすことはなかった。

X年8月、Coが保護者面談をおこなったことのある、ひきこもり・不登校学生の保護者を対象に「ひきこもり・不登校の学生の支援を考える家族会」と題して、Coより案内状を郵送した。4名の参加希望があり、当日の参加者は、都合により参加出来なかった1名を除く3名（すべて母親）だった。Co2名

を加えた5名で、学生のいない土曜日の午後に学生相談室を利用して開催された。家族会は2部構成で、前半の90分は講義形式によるひきこもりについての理解と対応方法を学び、残りは質疑応答という形でおこなった。保護者からは、登校刺激の方法についての質問や、大学の最長在籍期間や休学期間などの大学のシステムに関する質問などが出された。参加した保護者の懸念事項としては、①大学へ復学する見込みがないまま、いつまで大学に在籍させるのか悩んでいる。②大学を退学した場合、本人の所属先がなくなり、今以上にひきこもってしまうのではないかと不安である。③どのタイミングで本人を復学または新しい進路を見つけて退学させて良いのか分からない。という点が挙げられた。

親子間のコミュニケーションについては3家族全員が「必要最低限のことしか喋ってくれない。」と言っており、保護者の方からどのようなアプローチをして良いのか具体的な質問があった。そこで、Co.を子どもに見立てて簡単なロールプレイなどもおこない、会話のコツやポイントを学んでもらった。

10分の休憩を挟み、後半の90分は交流会を開催した。交流会は柔らかな雰囲気とするため、お茶やお菓子を用意して、ラウンジにておこなった。Co.の主導でそれぞれ自己紹介をしてもらい、その後フリートークへ入った。

フリートークでは、参加者がそれぞれの不安を訴え、家庭での子どもとの関係などについても話し合われた。Dくんの母親は、「今、子どもが大学を辞めても、とても働けるとは思わないので、なんとか大学を卒業して欲しいのだけど、何を言っても駄目なんです。私が言えば言うほど、本人(Dくん)には負担になっているんでしょうね。私自身に余裕がなく、苛立ちを感じています。また、今後どうなるのかを考えると不安です。」と訴え、他の参加者から、自分たちも同じような苛立ちや不安を感じていると共感の言葉をもらい、涙されている姿も見られた。

家族会で参加者の母親と確認した事は、①大学の授業に出席することだけに固執しない(大学の費用面については休学などを利用して極力抑える)。②学生自らがやれそうな事を挑戦できる環境づくりをおこなう(自動車免許、ボランティア、各種講座など)。③学生自身がうまくやれない出来事があっても、

気長に見守っていき、本人が求めた時に手助けをする。④親子間の会話を増やし、学生にとって過ごしやすく、話しやすい家庭環境づくりをおこなう。⑤月1回、Co.と母親で電話連絡をおこない近況や対応に困った事などを相談する。⑥家族会を年2回実施して、今後もお互いに情報を共有しあう。等であった。

家族会以降、Coと保護者間で毎月一度、定期連絡をおこなうことになった。特に翌月（X年9月）は新学期に向けた履修登録の時期でもあり、ひきこもり学生にとっても心理的負担が大きい時期だけに、対応方法について話し合った。

Dくんは、毎学期履修登録が近づくと、体調不良を訴えたり、自室に閉じこもってしまうことが多かったが、X年9月の履修登録の際は、母親から大学の事については声をかけないようにした。履修登録の翌日にDくんより「今学期も大学には行けそうにないけど、辞めたくないで休学をしたいんだけど」と、初めてDくん自ら母親に自分の思いを伝えてきた。母親もDくんの思いを受けて休学を承諾した。その日からDくんの体調不良が無くなり、生活リズムも通常に戻ったと母親より報告があった。

その後、母親がリビングに置いていた入校案内を見て、Dくんは自動車学校へ通うようになり、年末には自動車免許を取得している。母親の協力もあり、大学には来れないが、少しずつ行動圏を広げていくDくんの姿が伺えた。

X+1年3月。新学期の履修登録を前に、Dくんと母親とで来談。「今学期も休学を考えている」とDくんがCoに伝えてくる。しかし、学年が3年になるのに単位が全く取れていないことにすごく不安を感じており、Dくん自ら「最長、何年間大学に在籍出来るのか？休学はどのくらい出来るのか？」とCoに尋ねてくる場面もあった。面接の最後に休学の手続きを実施、Dくんが帰る間にCoより「心理学講座」の話をすると、興味を示し、参加人数や内容などを尋ねて「少し考えさせて欲しい」とだけ言い面談室を去った。Dくんから参加の申し込みがあったのは新学期が始まり2週目のことだった。

## 2) グループ結成期（X+1年5月～X+1年7月）

X+1年5月、心理学講座を開始。参加学生は男子学生6名で（A～Fくん）、

毎週1回(90分)でスタートする。講座開始前に参加者全員と面接をおこなっており、どの参加者も対人緊張が強いことやグループ活動に不安を感じているという共通の特徴が見られた。グループ・プログラムも参加者の不安を配慮して段階的に進めていく内容とした。

<第1週>は、初めてメンバー全員が顔を合わせた日であり、講座開始前はグループメンバー全員が不安な表情を見せ、会話もなくただ教室の隅々に立っている姿が目立った。前半はエゴグラムなど個別作業で出来る心理テストを2つ実施した。対人緊張の強い学生多いため、机は全席黒板の方を向く通常の講義形式として、お互いの視線が気にならないように配慮した。作業中の教室は静かで、誰一人喋らない緊張した空気が漂っていた。個別作業が終わった時点で、エゴグラムを使用して色々なパターンの性格を紹介、最初はCoがアニメのキャラクターに当てはめて説明をおこなった。次に、他にどんなキャラクターが当てはまるのかを考えてもらうと、まずアニメが大好きなCくんがアニメキャラクターを紹介。次に年長者のAくんが芸能人の名前を挙げると、意外な名前に全員から笑い声があがり、緊張感が一気に緩和された。この日、発言したのはA、B、Cの3人で、あとのメンバーは笑ったりはしていたが、特に発言することはなかった。45分の講義後、全員で机を寄せてカードゲームを30分ほどおこなった。前半の講義で笑いもあり、緊張感も緩和されていた為、スムーズにゲームがスタート出来たが、ゲーム中もD、E、Fくんは発言をすることは最後までなかった。講座修了後に個別面接をおこなった際、Dくんは「すごく緊張しました。知らない人と一緒にいる雰囲気がきつかったです。」と言いながらも、最後のゲームでは少し気持ちが楽になり、参加者の人数も多くないので「なんとかやっけていけそうです。」と次週の参加を表明した。

<第2週>も、前回とまったく同じ形式で心理テストを実施した。今回も発言するのはA、B、Cくんの3名だけであったが、前回より笑いが多かったことが印象的であった。後半のゲームは、今回は勝負性の強いカードゲームを選んで実施したところ、これまで発言の無かったD、E、Fくんが、負けそうになると「あぁ」と声をあげたり、「やられた!」と悔しそうな顔を見せるなど、

緊張の緩和がはっきりと見られた。

<第3週>は、講座開始前からメンバーのリラックスした表情が見られるようになり、A、Bくんが他のメンバーに声をかけている姿が見られた。今回は前半にメンバーの名前を覚えるためのゲームを3つおこなった。スタート時から円になって座った形でグループ活動を始めたが、メンバーに緊張した表情は見られなかった。お互いに参加メンバーの顔ぶれも分かり、安心感を感じた為と思われる。講義においても、今回は個人作業だけではなく、2人グループに分かれておこなうグループ作業をおこなった。これまで発言することのなかったD、E、Fくんだったが、比較的発言の多いA、B、Cくとペアを組み、「〇くんはどう思う?」と名前でお互いを呼びあうようになり、質問されるときちんと答えられるようになった。

<第4週>は、2つのグループに分かれ、それぞれの参加メンバーが手元に持つカードの情報を出し合うことでゲームが進行していく、コミュニケーションワークを実施した。このワークの特徴は、メンバー全員が発言によって情報を提示するルールになっているため、ゲームの進行と共に自然とコミュニケーションが促される形になっている。グループ分けの際にA、Bくんを別々のグループにしてあった為、それぞれのグループで2人が自然とリーダー的な存在となり、全員に意見を求めていた。また、今回はどちらが先に完成するかというスピードも競われたため、これまではあまり発言することのなかったD、E、Fくんも積極的に発言していた。今回の講座終了後、B、C、D、Fくんが学生相談室のフリースペースに残り、歓談している姿が初めて見られた。

<第5週>、講座が始まる1時間前にB、C、D、Fくんがフリースペースに現れ、それぞれ携帯型ゲーム機を持ってきており、みんなでゲームをしている姿が見られた。特に会話をしている様子ではなかったが、全員で集まる約束をして集まっていることにグループの成長を感じた。このようにグループ内に仲間意識が生まれ、会話も自然な形で出来るようになった為、講座では「20のわたし」という自己紹介を兼ねたワークをおこなった。自分自身の好きなことや性格など20個の特徴を書き出して紹介するワークで、対人関係の苦手な学生

にはリスクのあるワークではあったが、無理をしない範囲で自己紹介をおこなうことでスタートした。CoはD、E、Fくんが自らの自己紹介の特徴を書き出すことが出来るか心配であったが、趣味のゲームや家族構成、自分の性格など10～15個の自己の特徴を書き出すことが出来ていた。それぞれが自分の自己紹介を発表して、グループメンバーが何か質問という形でワークは進められた。

<第6週>からは、自分の感じたことや思ったことをグループ内で発言することを目標に進められ、前半にビデオ鑑賞をおこない、後半はグループ全員で感じたことを話し合うグループトークとした。この頃より、グループ全員の中で発言することが緊張せずに出来るようになり、メンバーが発言した事に対してもあいづちを打ったり、感じたことを言葉にして伝えることがスムーズに行えるようになっていた。

<第7週> 参加者全員で何かをしようという話があがり、Coも含めた全員でボーリングに行くことになった。この頃より、講座の前後でフリースペースに常時集う姿が見られるようになった。メンバーは時によって違ったが、A、Bくんが中心になって集まり、話をしたりゲームをして楽しんでいる様子が伺えた。

<第8週> 心理学講座の最終回は、「実はわたし…」という言葉の後に自ら言葉を加えて発表するグループワークをおこなった。リスクを伴わないためにも、参加メンバーには1週前にこのワークをすることを伝えてあり、個別面接でも大丈夫かどうかの確認をおこなったの最終回だった。最初にAくんが「今はそう見えませんが… バスケ一筋の体育会系でした。」と発言すると、全員からびっくりした反応があり、色んな質問がAくんに向けられた。続いてB、Fくんと続き、Dくんの順番になった時、「実は高校の時に不登校になり、今も大学に行けていません。」と発言した。一瞬、沈黙が走ったが、Bくんが「僕も大学に行けていない。」と発言して、全員がDくんの思いをそれぞれに受けとめる言葉が発せられた。その後は、「ひきこもってます。」「単位がまったくありません。」等と、全員がそれぞれ心の中で苦しいと感じていたことを言葉にして、それをメンバー全員で受けとめていた。グループ内が暖かい雰囲気



包まれる最終回となった。

第1週	心理テストを使った自己理解（1）テスト終了後にミニ・ゲーム。
第2週	心理テストを使った自己理解（2）テスト終了後にミニ・ゲーム。
第3週	講座冒頭にミニ・ゲーム。エクササイズによる自己理解
第4週	コミュニケーション・ワークゲーム。
第5週	「20のわたし」を使った自己紹介とフィードバック練習。
第6週	ビデオ鑑賞とグループトーク。
第7週	参加者全員の希望でボーリング大会。
第8週	自己開示とフィードバック。

X+1年7月、第8週を持って心理学講座は最終回となった。Co.より最終回であることを告げると、Fくんからまだ何かをやりたいという声が上がった。参加者全員で話し合った結果、野外バーベキューをおこなうことになった。初期のグループ活動では、会話の輪から外れる学生が出ないようにCo.が話を振ったりする事が多かったが、バーベキューの時には全員がお互いに名前呼び合い、参加者のみでフリートークを楽しめるようになっていた。

バーベキューの最中に、Co.から10月の大学祭にこのグループで店を出店してみないか？と提案をすると、全員一致で出店が決まる。後日、Dくんと個人面接で、「本当はやりたいとは思わなかったけど、雰囲氣的にするとしか言えなかったんです。自分が店をやるのが無理だと思ったから。でも雰囲気に流されて、そのまま参加することになりました。」と打ち明けたが、自らがグループに参加している所属感はしっかり感じており、以前のような強い不安を感じることはなかったと語った。

### 3) グループ活動期（X+1年7月～X+2年3月）

X+1年7月、野外バーベキューが終わった直後から、大学祭へ向けての準備が始まった。まずは全員で集まり、どんな店を出すのか話し合いから始まっ

た。この頃から、Co.はグループメンバーの行動に大きな変化を感じていた。これまでグループメンバーは、グループ活動前後の時間を学生相談室のフリースペースで過ごしていた。フリースペースは比較的広いラウンジスペースで、常時10～20名の利用者がある。5月の面接時にもDくんは「一人でフリースペースで過ごす時間が一番落ち着かない時」と言い、待ち時間には衝立のあるブースの陰に座り、人目につかない場所で時間を過ごしていた。しかし、7月に入ってから、一人で過ごす時間でも部屋の目立つ場所に座り、本を読んだり、ゲームをしたりして過ごす姿が見られるようになっていた。大学祭の準備の話合いでは、フリースペースの真ん中で人目も気にせず話し合いをおこなっており、Co.はグループメンバーの対人緊張が以前よりも確実に緩和されていることを確認した。

X+1年9月、Co.はグループメンバーが安定し、一つの目標（大学祭）に向かって進んでおり、グループメンバーの対人緊張も少し和らいできたと判断。10月からの学期がグループメンバーにとって授業復帰へのチャンスとして個別面接時に提案をおこなった。その際に、比較的対人緊張もなく、授業へ出ることには抵抗のないA、Bくんそれぞれ2～3人のメンバーをグループにして、一緒にクラスを履修させることを提案した所、A、Bくんは快諾。まだ取り終えていない教養課程の授業と一緒にグループで参加することになった。一方、Dくんと個別面接では、Co「Dくん、今学期は同じグループの人と一緒に授業を履修して、一緒に行ってみたらどうだろう？」一瞬沈黙の後、「そうですね。休学出来るのも今学期が最後の学期なんです。自分でもなんとかしなくちゃと思ってたから、挑戦してみます。」と承諾はしたが、入学後からまだ一度も授業へ出たことがなく不安な表情であった。

X+1年10月

同じグループメンバーが入るように、全員で集まって履修作成をおこなった。授業開始日、授業の時間の1時間半前に学生相談室へ来室。Dくんは、昨夜はあまり寝むれなかったようで目は赤く、そわそわした様子。授業開始30分前に、最初の授業に出席するメンバー3名全員が集まり、全員で歓談した後、授業開

始 5 分前に送りだした。

初日、3つの授業終了後にDくんが来談。「先生、全部の授業に出てきました。」と疲れた表情で報告をする。教室に入る前に緊張しないように、メンバーとの会話に集中して、周りを気にしないように入室。一緒の席に座り話をしながら授業開始を待ったという。授業が始まると意外に緊張感はなく、先生の話にも集中できた。緊張していたのか「身体全身が痛いです。今日は家へ帰ったらすぐに寝てしまいそうです。」と疲れた表情ではあったが、嬉しそうな顔であった。

その後、1週間すべての授業へ出席。週の終わりにCoが「良かったね。すべて出席できたね。」と声をかけると、「たぶん、もう大丈夫だと思います。この1週間で緊張しなくなりました。」と明るい表情で返答があった。

大学祭では飲食店を出すことに決まり、Aくんが店長、Bくんが仕入れ係長となり、A、Bくん両名を中心に準備が進められた。学生相談室のフリースペースで看板作りやメニュー作りをおこない、Coが直接関わることはないまま、準備が進んでいった。大学祭の準備にもそれぞれのメンバーの個性が出ており、Aくんはグループ代表として取りまとめ、Bくんは原価計算や収支計画を得意とし、Cくんは残念ながら体調不良で参加出来なかったが、最後までグループの事を気にしていた。Dくんは書道を得意とし、看板からメニューなどすべてを書き、その余白に色彩豊かなイラストを描いたのはDくんだった。Fくんは準備中も冗談を言ったり、ムードメーカーとしてグループを常に明るくしてくれた。一緒に当日に参加したCoもびっくりする程の多才ぶりを発揮したグループメンバーだった。大学祭当日、店から「お客さんいかがですかぁ？」というDくんの大きな声が聞こえてきた。

大学祭終了後のDくんの個別面接では、「最初は無理だと思っていたけど、やってみるとすごく楽しかったです。なんて言うか、充実感を感じました。」と言い、「自分がやってきた事（書道）が役に立って、それをみんなが認めてくれた事が、今の充実感に繋がっていると思います。」と言う。グループメンバーとは、大学祭中にずっとテントの中で一緒に過ごし、自然と会話が弾むこ

ともあれば、何も喋らず作業をしていたこともあったが、全く緊張することもなく、居心地のよい雰囲気だったと振り返った。

その後、グループメンバーは自主グループとして学生相談室のフリースペースを中心に活動をおこない、X+1年12月には全員で忘年会をおこない、X+2年2月には、一人では抵抗があるからとC、D、Fくん3人で揃って同じ場所で短期バイトに初挑戦したと報告を受けた。2週間の短期バイトだったが、自分達で探して、面接を受け、最後まで務めたことにCoも大きな成長を感じた。

### 3 考 察

#### (1) 「ネットワーク活用型アプローチ」として支援プログラム

対人緊張を伴う学生の多くは、フリースペース等の居場所だけ提供しても緊張感から、その場に馴染めないことが多い。このような場合、軽作業やゲームを挟むことによって、まずは目の前の作業に集中することで緊張感が少し緩和される。さらに、作業上必要なコミュニケーションが入ってくることで、緊張感を抑えながら横のつながりを作っていくことが可能となる。今回の6名のメンバーは、学生相談室において個別面接を受けており、ほぼ全員が大学内に居場所を持たず、横のつながりがないまま、不登校やひきこもりとなった学生であった。大学祭での模擬店出店は彼らのネットワークづくりの有効な活動手段として、大学祭での出店を最終目標とし、目標を達成するためのグループ母体を形成するために今回の長期支援プログラムを計画した。

「居場所づくり」と「集団適応のスキルの獲得」はひきこもり支援の重要なポイントであり、まずは自分の知らない人がいる場に居られることが最初のステップである。その居場所が安全であることが分かると、その安心感が「何かやってみよう」という意欲へと繋がり、徐々に次の活動への参加意欲を見せるようになってくる。そして階段を登るように何か一つがうまくいく事で、次のステップへと積み重ねていくことが自己成長へと繋がっていくと言われている(大場, 2010)。心理学講座においては、初回講座と第2週で個別作業を中心に

進めていき、その場に居れることを保障することで、緊張はするが「安全な場所」であることを伝える役割を果たした。更にこれまで授業に出席できなかったが、今回の講座には参加できたという自信にも繋がった。講座終了後の個別面接において「すごく緊張したが、なんとかやっけていけそうです」というDくんの発言に、その日のDくんの体験のすべてが表れている。これまで極度の緊張感のために教室へ入ることが出来ず、通常の大学生活を送ることが出来なかったDくんにとって、仲間と一緒に教室内で過ごす体験は大きなステップであったと思われる。A、Bくん両名には強い対人緊張はなかったが対人関係は苦手としており、1～2年次にうまく友人を作ることが出来ないまま、孤立した学生生活を過ごしていた。これまでもCoとの面接を重ねサークルやアルバイトなどの提案もおこなったが、自ら居場所を見つけることが出来ないまま時間だけが過ぎていた。

これまでの一般的な心理療法は、相談者に相談意欲があり、「変わるべきは個人」という前提のもとに学生相談室においても相談活動が行われてきた（田嶋, 2009）。相談ニーズがある学生が対象であり、「変わりたい」という相談学生の内面の援助によって、学生自らが行動することで問題解決へと繋がっていた。しかし、ひきこもりや不登校学生のケースを見ると、自ら進んで相談室へくる学生は少なく、教員や家族がひきこもった学生の対応に困り相談へ来る事例がほとんどである。またCoとの面接を重ね、A、Bくんのように内面にふれる作業をおこなっても、現実の大学生活環境の改善とは直接繋がらないことがある。

田嶋（2010）はひきこもり・不登校学生の支援において、ひきこもり学生を取り巻く生活空間全体に注目して支援をおこなっていく必要性を訴えており、「ネットワーク活用型アプローチ」を提唱している。これまでの「変わるべきは個人」から「変わるべきは主体と環境との関係」として、ひきこもり学生を取り巻く環境（ネットワーク）に視点を置くことを重要視しており、その援助において「場を創る、場をつなぐ、場を支える」という観点での介入が必要であると述べている。

Dくんの場合、支援プログラム開始前には、母親は「どうして授業に出席できないの?」「行かないのだったら辞めてもいいのよ。」と言った、「出席」や「単位」だけが重要視され、Dくんが自発的に大学へ行くこと求めていた。もちろん、授業に出席できないDくんにとっては、母親からもこのように言われて身動きのできない状態であった。そこで、支援プログラム最初に行われた「家族会」によって、「Dくんと母親」「Dくんと社会（大学以外）」の関係性に視点を向け、見直すことが可能となった。大学だけに固執するのではなく、Dくんが元気になるために必要なことは何かを考えるようになったことで、自動車学校という道が開けることに繋がった。更に、自動車免許取得によりDくんの中に「何かやりたい」と思う気持ちが芽生え、次に繋がったことが「心理学講座」だと言える。本人が「何かをやりたい」と思う時期を見定め、次へ繋いでいくことが「ネットワーク活用型アプローチ」でのCoの役目と言える。

「心理学講座」においては、大学の授業ではないが、実際に教室を使用して、心理学を学ぶことで学生生活の場が提供され、その中でおこなわれたグループワークにより、集える仲間とのネットワークが構築されることになった。グループメンバーの学生相談室におけるフリースペースの利用にその変化を見ることが出来た。隠れるように過ごしたフリースペースが、6名の仲間との関係性が出来上がると共に、フリースペースで集い、リラックス出来る「大学での居場所」へと変化していった。心理学講座の最終日、Dくんの自己開示によって、グループ内の相互理解が高まり、信頼関係へと繋がっていった。この時点で6名の学生の大学における新しいネットワークが構築されたと判断している。当初、大学祭出店体験によってグループのネットワークが構築されるであろうと予測していた。しかし、バーベキューの開催や大学祭の準備段階から自分たちのネットワークとして自発的な行動が見られるようになり、Coとして「場を創り、場をつなぐ」役割は終えたことを感じた。大学祭を通してCoがおこなったことは、暖かく見守っただけであり、「心理学講座」を通して発生したグループが自然の力で動いていく姿が確認できた。その後の忘年会企画やバイト挑戦などは、Coの当初の予想をはるかに超えるもので、グループ中で育ち、体験

し、成長したグループメンバーの理想的な姿だと思っている。

最終的に6名が大学の授業へ出席できるようになった背景には、①大学において居場所が確保され、大学での学生生活環境に馴染めるようになったこと。②一緒に集える仲間が出来、そのグループ活動が互いに自己成長を促し、自己肯定感が養われたこと。③グループ活動や大学祭の出店準備を通して、多くの周囲の刺激に段階的に接することで、対人緊張が緩和されたこと。が挙げられる。

## (2) 学生生活サイクルの中での支援プログラム

大学生は学生生活の中で、学年の移行、学期、長期休暇や卒業といった区切りを時間の流れと共に意識しており、その区切りの中で発生する心理的課題を克服したり、挫折を経験したりする事を繰り返しながら成長していく過程を、鶴田(2006)は「学生生活サイクル」の視点と呼んでいる。その中で鶴田は、学生は時間的枠組を意識して心理的作業をおこなっており、「逆に学生相談の持つ時間的制約を利用することによって、きわめて意味のある心理的作業がおこなわれうる」と述べている。

今回の支援プログラムでは、「家族会」実施直後に秋学期の履修登録がおこなわれた。これまでならば、母親が「大学どうするの?」と本人にプレッシャーをかけていたが、「家族会」で見守ることを学んだDくんの母親は何も言わないことに徹した。たとえ保護者が何も言わなくとも「学生生活サイクル」を意識せざるおえないDくんは履修登録の日が近づき、過ぎていく事を苦しい思いでいたと察する。Dくんにとっては一つの挫折ではあったが、何も言わない母親に「休学したい」と初めて自分から気持ちを伝えることが出来たことは、Dくんにとっての成長であった。また母親が快く承認したことで、次への活動(自動車学校)への意欲を芽生えさせたと筆者は考える。

Dくんにとっての次の大きな区切りは学年の移行だった。1年次からまったく授業に出席出来なかったため、まったく単位取得をしないまま3年次を迎えていた。今回も自ら休学を決断したが、学年の移行はDくん「何時まで在籍できるのか?」「休学は何時までできるのか?」という不安を与えた。同時に

何時まで経っても授業へ行けない自分への挫折感もあったと思う。しかし、この思いが「心理学講座」への参加への後押しになったと考える。これまでもグループカウンセリングや昼食会に誘ったりしていたが、Dくんが初めて参加したのは「心理学講座」だった。

心理学講座に参加することにより対人緊張が和らいだとは言え、Dくんが一度も出席したことのない大学の授業へ新学期から出席しようと思ったことはとても大きな決断だったと考える。個別面接の際にも、何度となく「やっぱりやめます。」「無理だと思います。」と言っていた。Dくんが気にしていた事は、休学期間は学則で最長2年間であり、すでに1年半の休学をしていた。Dくんにとっては、あと半年の休学期間しか残されていなかった事で、面接の中でも「あと半年」という言葉を何度もCoは聞いていた。最終的にDくんがグループメンバーと一緒に授業へ出席したのは、グループメンバーとの安心感もあったと共に、この機会を逃してはいけないというDくんの「学生生活サイクル」の意識が最後の後押しをしたものとCoは考える。

一見、ただ時間が過ぎているように見えるひきこもり・不登校の学生であるが、学期の節目は通常の学生以上に意識しており、復学できなかった場合の挫折感も非常に大きいと思われる。今回の支援プログラムでは、これまで学期の節目で挫折感を味わい、何も手だての出来ないままに過ごしていた学生に、ベストタイミングで、彼らがニーズとしていることを提供することが出来たと考えている。

#### 4 おわりに

ひきこもり・不登校の学生が大学へ来られないまま退学に至ってしまう。このようなケースになんとか対応するために今回のプログラムの実施に踏み切ってから数年が経過した。その後、この事例のグループは自立したグループとして遊びやバイト等の活動をおこない6名中5名が卒業、1名は中途退学したが、働くという自らの進路を見つけての退学であった。今回の事例の6名中2名は翌年の心理学講座のサポーターとして参加して後輩の支援に積極的に関わって



くれ、先輩サポーターの入った心理学講座はまた別の形となって現在も発展している。一方、この間にも明らかにひきこもりである事が分かってはいるが、学生相談室と繋がることなく退学した学生や、相談室とは繋がったが支援プログラムに参加することなく退学した学生が十数名いた事も事実である。大学という期限付きの学生生活サイクルがあるゆえ、今回の支援プログラムに学生の参加を促すことが出来たのだと思う反面、期限があるがために在籍中に支援まで行き着かずに退学に至ってしまうケースもあった。ひきこもりの問題を抱えた学生が退学後に改善されるとは思われず、何か他の手だてが必要だったのでと考えてしまう。今後は大学でのひきこもり支援も継続しながら、外部機関との連携をおこない、学生相談室に繋がらなかった学生についても、引き続き何らかの支援がおこなわれ、家族や本人が社会から孤立しないような体制づくりが必要だと思われる。

## 参考文献

松下智子・峰松 修・福盛英明「学生相談における「ファミリーサポートグループ」活動の試み」『学生相談研究』第27巻3号、2007年、191～203頁。

目良信子「日本における「ひきこもり」の現状と対策について」『発達人間学論業』13号、2010年、99～106頁。

宮西照夫・池田温子・畑山悦子「シンポジウム 和歌山大学におけるひきこもり支援プロジェクトとその成果」『全国大学メンタルヘルス研究会報告書』26号、2004年、132～134頁。

宮西照夫「和歌山大学におけるひきこもり回復支援プロジェクトとその効果」『心身医学』47巻2号、2007年、134頁。

大場信恵「臨床心理士の立場からみた不登校の今」『教育と医学』58巻11号、2010年、14～27頁。

田嶋誠一「現実に介入しつつ心に関わる-多面的援助アプローチと臨床の知恵」、金剛出版、2009年。

田嶋誠一「不登校-ネットワークを生かした多面的援助の実際」、金剛出版、2010年。

富永ちはる 2011「ひきこもり・不登校となった学生の復学援助-閉ざした心を再び開かせたチーム援助-」『大学と学生』89号、2011年、32～40頁。

鶴田和美・斎藤憲司「学生相談シンポジウム-大学カウンセラーが語る実践と研究」、培風館、2006年、2～30頁。