学校生活における児童・生徒のメンタルヘルス支援
―心の健康質問票を学校現場に活かすメンタルヘルスカンファレンスの試み―

保健科　山　梨　八重子

目　　次

Ⅰ　ねらい……88
Ⅱ　「質問票」結果を学校現場に活かす３つのステップの試み……88
Ⅲ　「教師が捉える気になる子調査」の方法とその結果……89
Ⅳ　学校におけるメンタルカンファレンスの試み……90
Ⅴ　調査結果を活用したメンタルヘルスカンファレンスの事例……92
Ⅵ　学校メンタルカンファレンスの成果と課題……94
Ⅶ　「質問票」結果と教師の妥当性評価調査……96
Ⅷ　まとめと今後の課題……97

要　　旨

子どもの心を巡って，さまざまな現状や事件が社会的に注目されている。事が起きてからの対応に追われる中で，予防的支援という視点から教師の子どもへの関わり，支援のあり方を明らかにすることが重要である。そこで本報告では，「お茶大式心の健康質問票」の結果を活かし，学校のメンタルヘルス支援のあり方を追究しようとした。一般的にこの種の調査の結果をもとに，教師集団が一人一人の生徒への関わりの指針，支援や関わり方，指導方法を引き出すまでに至るのは難しい。

そこで①「教師が捉える気になる子調査」　②心理専門家を交えた「学校におけるメンタルカンファレンス」　③担任教師による本「質問票」の結果の「妥当性評価調査」のプログラムを組み，これらが予防的メンタルヘルス支援に有効であるという仮説に立って，実践的に取り組んだ試みである。

その結果，３つのプログラムを通して，教師達が「質問票」の結果に対しての評価も徐々に高まりつつあること，また実際に予防的な視点での支援を具体的な事例を通して実現でき，一定の成果を挙げることが出来た。

I　ねらい

本報告は，「お茶大式　心の健康質問票」（以下「質問票」とする）の学校現場への導入に際して，より有効な活用を目指して取り組んだ一連の試み[1]とその結果である。一般的にこの種の調査の結果をもとに，教師集団が一人一人の生徒への関わりの指針，支援や関わり方，指導方法を引き出すまでに至るのは難しい。本調査を学校現場に「根付かせ」「活かす」上で，「質問票」の結果とそのアセスメントに基づいて生徒や保護者に働きかけることが効果的であること，かつ教師の捉え方をより豊かにしていく上でも有効なものであると，教師自身が気づき理解するような体験が不可欠である。そのために，どのようなプログラムを段階的に設定する必要があるのか践的に試みたものである。

II　「質問票」結果を学校現場に活かす３つのステップの試み

上述のねらいを達成するために，以下の３つのプログラムを段階的に組み込んでみた。

①　「教師が捉える気になる子調査」

②　心理専門家を交えた「学校におけるメンタルカンファレンス」

③　担任教師による本「質問票」の結果の「妥当性評価調査」

「教師が捉える気になる子調査」は，調査結果を提示する前に教師集団が捉える生徒像をアンケート調査し，その結果を調査結果と重ねてみた。これは教師がより高い関心を持って調査結果を読みとる動機付けであり，同時に自分たちの捉え方との差異，さらに教師が学校生活場面で捉えた問題や気になる生徒以外にも，潜在的に問題やストレスを抱え支援や目配りが必要な生徒がいることに気づかせるねらいがある。

心理専門家を交えた「学校におけるメンタルカンファレンス」は，教師達の生徒の捉え方や指導や支援方法に専門家からの示唆や助言を得て，教師が自信と見通しを持って生徒に関わっていくことができるような「学校メンタルカンファレンス」のあり方を実践的に模索することをねらった。

担任教師による本質問票の「結果の妥当性評価」調査は，学年末に行った。これは長期的な関わりを経て，質問票結果を改めて検討し，その妥当性を教師自身が気づき，本調査を学校全体の取り組みとして有効なツールとして受け入れていく契機となることをねらったのである。

Ⅲ　「教師が捉える気になる子調査」の方法とその結果

「教師が捉える気になる子調査」は，学年ごと担任・副担一人一人に気になる子を７人－10人を挙げてもらい，５つの気になる場面にチェックをつける方法で行った。５つの気になる場面として挙げたものは以下の通りである。

① 学習場面・・・学習の遅れや学習態度などの気がかり

② 生活場面・・・遅刻や欠席，学級での取り組み態度などの気がかり

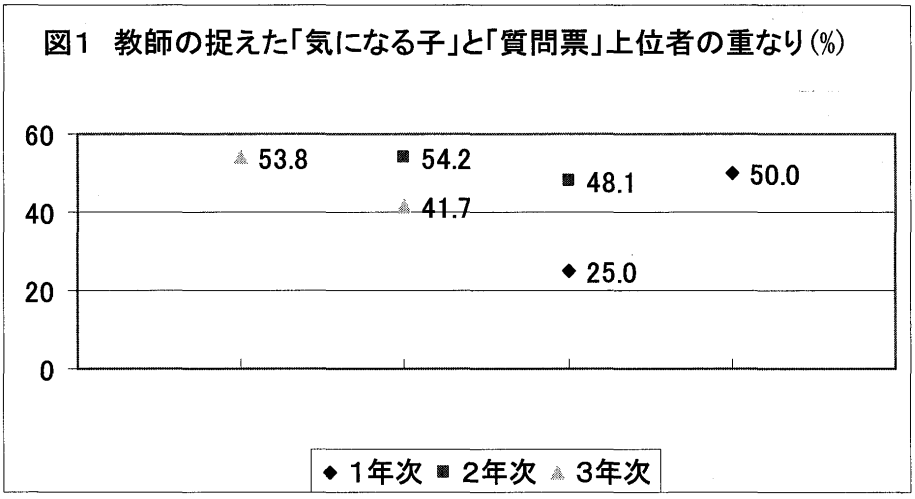
③ 友人関係・・・友人関係でのトラブル，部活や行事などでの人間関係のトラブルなどの気がかり

④ 家族関係・・・家族との関係でのトラブルや家庭で抱えている問題でのゆれなどの気がかり

⑤ 健 康 面・・・生じやすい疾病や障害などでの気がかり

気になる場面は複数回答を可とした。

それを集約し質問票結果に組み込んでみると，教師の捉えた気になる子は，メンタルヘルス質問票の上位から下位にまでに分布し，調査との差異が顕著であった。学年によっては，質問票結果で上位の子どもは，教師から見れば問題を持っているとの捉え方をしていない例が多くあることが明らかになった。ある学年では，下位に教師からみて気になる生徒達が一群をなしている例もあった。「質問票」結果で，上位（ヒット２つ以上を目安）の生徒の中で，教師が「気になる子」として挙げているかどうかその重なり状況を示したのが，図１のグラフである。「質問票」で挙がってくる生徒の内，学年教師集団の「気になる子」として挙がるのは50％前後であることがわかる。このことからメンタルヘルス質問票の結果は，学校生活場面で教師が捉えるような問題として，必ずしも現れていないことがあることが明らかになった。



質問票の結果と「教師が気になる子調査」の結果を，組み合わせて教師達に提示した。その反応を見ると，教師達自身が「気になっている子」が，質問票結果ではどのような結果になっているかに関心を持ちながら，質問票の結果を見ていくようだ。例えば「気になる子」としてチェックした生徒の質問票結果が上位にある場合は，「あの子は気持ちの上で何かあったのか」と納得し，また「気になる子」として多くの教師からチェックされている生徒の質問票結果がきわめて下位にある場合は，「質問票には本心を書いていない」というような捉え方をしているようだ。このように質問票結果に対して，教師の側から見える生徒像を原点に受け止めているといえよう。故にこの時点では，教師集団の反応は質問票結果に一定の理解を示しつつも，生徒への対応が劇的に変わるまでに至らないことが見えてきた。

Ⅳ　学校におけるメンタルカンファレンスの試み

次の段階として取り組んだのが「学校メンタルカンファレンス」である。

本校ではこれまでにも，カンファレンスを行ってきた。いじめによる込み入った人間関係のトラブル，摂食障害問題などを表出させているケースについて，関係する担任と養護教諭，そしてそのケースを担当する心理専門家との話し合いである。主に学校側の対応や指導について，そのケースに限定して助言を得る事を目的とし，危機介入，危機回避的な対応をアドバイスしてもらうものである。このカンファレンスの特徴は，「緊急性」と「参加者の限定」が挙げられる。

一方新たに試みようとしているのが，「学校メンタルカンファレンス」である。これは「質問票」の結果をツールとして，教師側から挙がった「気になる子」，また調査結果を分析した心理専門家から挙がった「気になる子」を対象にしたものである。このようなカンファレンスの特徴は，潜在的な問題を抱えている生徒への「予防的支援」であり，また「生徒の捉え方を共有

化したり，深める」ことがねらいである。故に参加者も学年に関わる教師達まで広げ，かつ「質問票」の結果分析と照らし合わせ，より深くケースの生徒の特性や傾向を捉えたり，学校場面で教師が捉えた「生徒の言動や行動」を重ね合わすのが特徴である。

「質問票」の結果を現状分析のツールとして，そして対応や働きかけの結果の変化を見る「評価」にも活用するところが特徴である。

このようなカンファレンスを，これまでのカンファレンスとの違いを意識して，「学校メンタルヘルスカンファレンス」と呼ぶことにした。

教師達は，これまで教師という同職種のチームで子どもを語り，指導や支援方法を検討してきた。また校内研修で心理の専門家からレクチャーを受けることもあった。我々が目指した「学校メンタルカンファレンス」は，専門家を交えたカンファレンスによって，より広く深い視野で子どもを捉える場面となること，さらに専門家の示唆や助言をヒントに教師集団が現状の中で改善していける具体的な方法を出し合い，教師集団が共通した指導支援方針で関わっていくベースづくりである。教師集団だけの見方にとらわれず，また問題を抱えた子どもを「専門家にお任せ」というのではなく，「どのように教師が関われば，子どもが変わっていけるのか」見通しを持ち，教師自身が子どもたちを変えていこうという意識と意欲を喚起することを意図している。つまり質問票の結果を活用し，より深く子どもを捉え，子どもに関わる効果的な方法を明らかにしていく場として位置づけている。

「学校メンタルヘルスカンファレンス」は，学年単位で年２回行うスタイルをとった。具体的には以下のように行った。

１．取り上げるケースの選び出しと資料の準備

取り上げるケース事例は，教師集団が問題性を強く持っている事例と，調査結果上位にランクされ，かつ教師集団からは挙がってこない生徒を専門家が選んだ。

前者の事例を取り上げたのは，教師にとって今困っていることを解決することは，教師にとって高い要求であり，これに応えていくことで「メンタルヘルスカンファレンス」の有効性やひいてはこのような調査の重要性を体験的に認識していく契機になると考えたからである。後者の事例を取り上げたのは，教師集団が気づかない生徒の中に，ストレスを抱えやすく，状況によっては問題につながりやすい生徒がいることに気づかせるねらいである。専門家から質問票結果のアセツメントの説明を受け，その生徒を捉え直し，その情報を交流する中で，潜在化していた生徒を教師の意識の中で顕在化させ，日頃の関わりの中で目配りや見方をより鋭くしていくことが出来るのではないかと考えたからである。検討するケースについて，「質問票」の経年資料を事前に用意した。

２．１回目の「メンタルヘルスカンファレンス」の実施

カンファレンスは，４月下旬から５月上旬に実施された「質問票」の結果分析が終了する６

月下旬から７月，９月ぐらいを目途に学年単位で行う。１回目のカンファレンスでは，関わる教師，担任副担と養護教諭，そして心理の専門家である。あがった生徒の情報を各教科の学習場面や部活での場面，家庭状況などを参加した教師からそれぞれが捉えた生徒像を出し合うことから始まる。一方専門家からの質疑に答え，専門家は，「質問票」の結果と照らし合わせながら，教師達が捉えた生徒の言動や行動などを専門的視点から解釈し説明していく。その際経年資料はその生徒がどのような傾向性があるのか，どのような変化を見せているのかを明らかにする手がかりとして活用していく。特に経年資料は，教師にとっても単発の資料よりも，生徒の傾向をより明確につかむことができるものだ。

カンファレンスの最終段階では，専門家の示唆を得て，対応の方向性を見定め，それに対する具体的な対応や指導のあり方を具体的に教師から提案してもらうことになる。

３．２回目の「メンタルヘルスカンファレンス」の実施

２回目のカンファレンスは，学年末に実施する。１回目に対象となった生徒のその後の様子について，変化も含め教師達の話を交流すること，変化や今後の見通しついて専門家から説明してもらうことである。特に新しい学年に向けてクラス替えや担任の持ち方など配慮すべき点などを確認する。検討した子どもの変化や支援の実際を報告し，評価の場とした。

一方その後「気になる生徒」として挙がってきたケースについて，１回目のカンファレンスと同様に交流検討を行う。

以上が２回の「メンタルヘルスカンファレンス」の展開である。

Ⅴ　調査結果を活用したメンタルヘルスカンファレンスの事例

実際にカンファレンスで取り上げたケースについて以下に具体的に取り上げてみよう。

１．ケースの概要

このケースは，教師からも専門家からも挙がったケースである。入学以来友人とのトラブル，いざこざが多発している生徒である。小学校時代からこのような傾向があった。また学力的にも伸び悩み，本人も学習場面での自分の能力に対して投げやりな言動を持っていた。教師達からは学力的に伸びなやんでいるグループの一人という捉え方が固まりつつあった。トラブルを見ると，他の生徒達からのからかいがきっかけになって生じていることも，小学校時代からも同じような状況であった。調査結果では，「非効力感」「衝動性」「攻撃性」「抑うつ傾向」に高い結果がでていた。

2．メンタルヘルスカンファレンスで明らかになったこと

教師達はトラブルの多発については，この生徒も含めからかう側の生徒たちの幼さに起因し，今後時間を経て成長していく中で収まっていくのではないかという見通しを持っていた。その背景には，学級での話し合い場面では，正論をきちんと発言するものの，それを受け入れないグループにつぶされていく構図があったからである。また部活面などでは，後輩に対して面倒見がよく，学習場面以外での色々な活動などでは，労を惜しむことなく仕事をしていく姿も見られることもあったからである。

一方学習面では力が出せないままでいることは各教科に共通しており，本人の努力不足という見方という捉え方が多かった。討論場面では的確なやりとり，筋を通しての意見の主張ができるなど力はあるものの，それがまだ出し切れていないのではないかという見方である。しかし英語担当の教師から，英単語の綴りミスに特徴があることが出された。また教師の説明をその場では理解できたように見えるが，実際には理解できていないことなどもあった。

保護者の子どもに対する態度も，学習に影響を与えているのではないかという指摘があった。進学先の選択について保護者が強い希望を持っていること，しかしそれに達しない子どもの現状に対して，努力不足との思いを強く持っていて，一層学習に励むように指示していた。成績が改善しないと，部活の参加等に制限を加えると保護者が本人に話している。

一連の情報交流を経て専門家から指摘されたことは，強い「非効力感」である。自分の力に対して自信を持てないという状況は，経年資料から小学校時代から続いていること，友人とのトラブルの多発，「かっとして手が出てしまう」というのは，高い「衝動性」や「攻撃性」がそれと絡んで表れていることである。努力してもなかなか目に見える成果が上がらないために努力がなかなか続かない，あきらめてしまっているのではないかということであった。単語綴りの件から，認知認識レベルにも注目したチェックが必要であることも指摘された。

3．メンタルヘルスカンファレンスで共有した方針

メンタルフレンド的な家庭教師をつけ，学習面での躓きを観察することが専門家から提案された。この生徒の不満などを聞きながら，生徒自身がどうしたいのかなどをつかんでいくこと，そしてこれまでの学習を補うような学習の内容やし方を進めるためである。一方学校の学習場面では，どの教科でも，この生徒の努力や良い面をささやかであっても評価すること，否定的な言葉かけをしないことなどに配慮するなどを共通方針とした。

4．メンタルヘルスカンファレンス後の働きかけ

このカンファレンスを受け，まず保護者を専門家へと繋げていく働きかけを担任が行うことにした。そして専門家から保護者に，この生徒が抱えているストレスが学習面での伸び悩みを生み出していること，この状況を改善するために，強い叱咤激励が逆効果になっていることや学習面での丁寧な対応ができるような家庭教師の支援の必要性を説明した。その結果学習支援

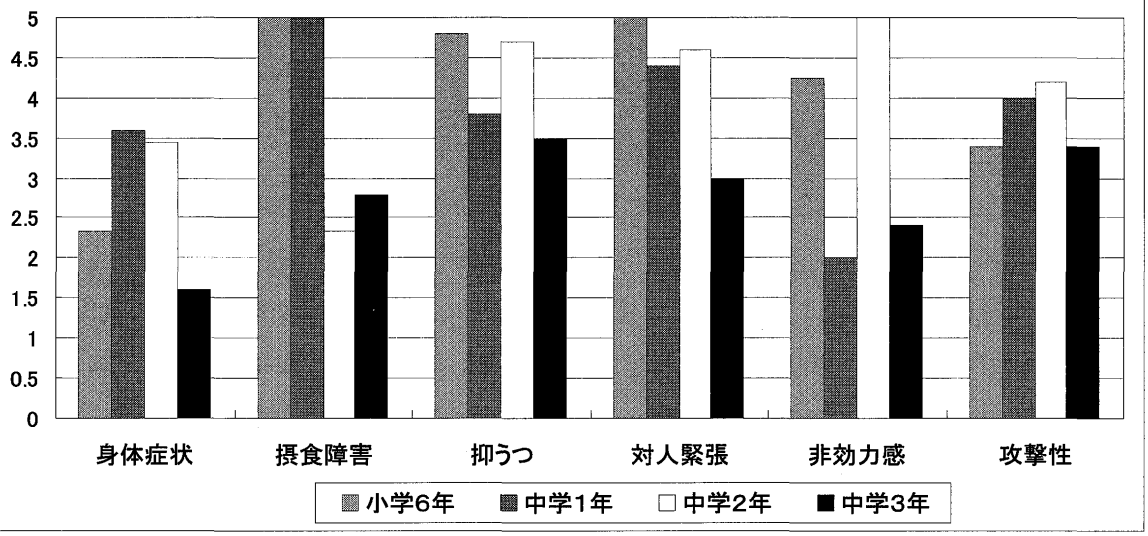
をねらったメンタルフレンド的な家庭教師をつけることが出来た。

5．その後の状況

家庭教師による丁寧な観察分析を専門家に報告しつつ，専門家による保護者の面接がその後も行われた。担任も保護者と丁寧な連絡をとり，保護者の一方的な進学への思いを解きほぐしていった。他の教師・養護教諭も学校生活場面でこの生徒を励まし，時に不満やぼやきを聴くなど丁寧な対応をしていった。

半年後ぐらいから学習成績面では，画期的な上昇は見られないものの，学習面での前向きさと友人とのトラブルの減少が表れてきた。そして次の「心の健康質問票」の結果をみると，好転してきたのである。それが図２に表われている。

図2　ケース事例にみる経年変化



Ⅵ　学校メンタルカンファレンスの成果と課題

一連のメンタルヘルスカンファレンスを行うことで，子どもの実態や問題性をより深く共通理解していくことが出来た。質問票結果の個別の経年資料，専門家からの視点や指摘を受けることで，子どもの実態や問題性もより深く浮かび上がった。特に前述の事例では，具体的な指導や支援方法について専門家からアドバイスを受け，教師集団の対応方針を共有することもできた。当初のねらいを実現するような場としての「学校メンタルカンファレンス」になり得ていたかどうかを検証するために，参加した教師を対象にアンケートを実施した。その結果，生徒理解を深める場，学年で情報や今後の方向性を共有する場として評価していた。

カンファレンスに対する教師のコメント（2003/10）

① 「気になる子」として挙げていなかった生徒の内面を探ることが出来，抱えている問題を学年団で共有することができた。

② 専門家のアドバイスが参考になった。

③ 対応に困っている生徒について他の先生方や専門家の話を聞いて，これまで不思議に思うことが納得できることが多くあった。

④ ヒット数が多い生徒では，目立たないけれど本人が困っているので，今後対応の参考になった。

⑤ 対応に困っている生徒について，どのように声を掛ければ迷うことが多く多々あったが，今日の会で対応に見通しを持つことができる。

⑥ どのようにサポートしたり対応していったらよいか，これまで自分の中になかったものを具体的に提示していただき大変参考になった。

⑦ 生徒と接するポイントを示していただき，生徒の捉え方の変化が深まった。

⑧ とてもリアルで専門的な視点を示していただき，他の教師や養護教諭からいろいろな場面での情報を提供してもらえた。

⑨ 情報がはいったので，広い眼で対応出来る。

⑩ このような会は初めてなので興味をもって参加できたが，生徒のことは自分なりに判っていたと思っていた。また教師によっていろいろな見方があると思う。

しかしメンタルヘルスカンファレンスを重ねる中，浮かび上がってきた課題がある。それは俎上にあげるケースの選択である。一つには，一回１時間のカンファレンスで取り上げるケースの数である。各学年からケースとして取り上げて欲しい「気になる子，問題がある子」を挙げてもらう。学年によっては数例が挙がりそれらを全て取り上げたことがあった。この時の経験から，じっくりと話し合い方針を共有する段階まで進めるには，１から２例が適切であることがわかった。時間的な問題もあるが，参加者の集中力が低下し表層的になりやすいからである。

二つ目に，１，２例に絞る上での抽出ポイントである。参加者の多くが，「気になったり，ぶつかったり」という場面と出会っているケース，言うならば誰にとっても問題性を感じ，何とかしたいという思いを持っているケースかどうかということである。一過性の問題，比較的解決して行けそうだというケースは避けた方がよい。あえて少人数の参加者しか問題性を感じていないケースを取り上げようとする場合は，そのケースの中にこれまでに出会った同じような問題を抱えた生徒を重ね，問題の本質的なところを引き出し，一つの典型的な事例となりうるかを検討する必要がある。ある種の典型性を内包しているならば，それを参加者に投げかけ，共通した課題意識を持って話し合いに参加できるようにする必要がある。

三つ目に，カンファレンスの運営のし方である。より多くの参加者が積極的に参加するために，参加者一人一人が捉えた子どもの姿，エピソードを語ってもらうよう，カンファレンスの司会者は配慮したほうがよい。教科によっても子どもが見せる姿は異なる。また教師によっても。部活や行事など活動場面によっても，異なる子どもの姿が浮かび上がる。その時マイナスな姿だけでなく，優れたところプラス面も語ってもらうようにすることも重要である。色々な子どもの姿を浮かび上がらせることで，その子の理解が深まり，働きかけたり支援する手がかりやヒントが得られる。また参加者全てが語ることで，共同作業としてのカンファレンスという捉え方にもつながると考える。

以上実際にカンファレンスを重ねる中で，「効果的なカンファレンス」とするために求められる要素を，経験的に捉えることができた。

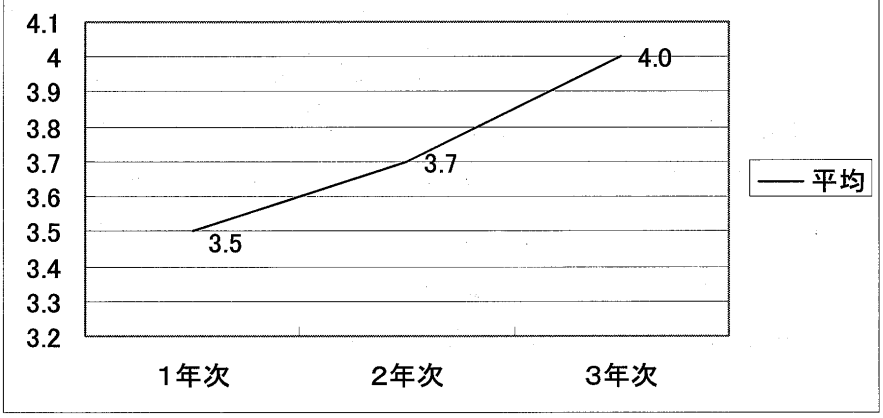
Ⅶ　「質問票」結果と教師の妥当性評価調査

年度末各学年の担任（４人）に，春の調査結果で上位者（ヒット数２以上を目安）を対象とし，その妥当性を「よく当てはまる」「まあまあ当てはまる」「どちらとも言えない」「あまり当てはまらない」「まったく当てはまらない」の５段階で評価してもらった。これは教師達が調査結果に対し，どのくらい妥当性を持つようになったのかを捉えるねらいがある。担任の回答を「よく当てはまる」を５として順次点数化し平均値を取った。

表１　教師の妥当性評価

	１年生次	２年生次	３年生次
Ａ学年	3.3	＊＊＊	＊＊＊
Ｂ学年	3.7	3.3	＊＊＊
Ｃ学年	＊＊＊	4.0	3.9
Ｄ学年	＊＊＊	＊＊＊	4.1
平　均	3.5	3.7	4.0

図3　教師の妥当性評価の平均推移　ー学年段階別ー



これまで２回の結果を見ると，3.3から4.1の範囲にあり，教師達が調査の結果に対して一定妥当性があると見ていることがうかがえた。また学年ごとの平均値の推移をみると，学年が挙がるにしたがって，平均値は挙がっていることがわかる。生徒と接する年数が長くなるにしたがって「質問票」の結果と重なるような場面や行動と出会うことがあり，「質問票」結果の妥当性が高まるのではないかと推測される。一方「質問票」の結果に教師達が同化していくということも考えられる。

いずれにせよ，「質問票」それ自体に対して一定の妥当性を教師が持つことで，「質問票」の実施の意義や有効性を認めていくことになり，学校として「質問票」を受け入れ，生徒理解のためのツールとして位置付いていけるとの手応えを感じ，一連の調査を通しての教師達に働きかけるプログラムは有効性であると言える。

Ⅷ　まとめと今後の課題

本質問票の結果を学校現場でのメンタルサポートの効果的なツールとするために，３つのプログラムを試みた結果，教師の受け止め方に変化が出てきた。特に子どもを見方や捉え方，指導のあり方など専門家の助言を得，学年団で子どもを見守り関わっていくことを，一連のプログラムを通して体験的につかみつつある。特に教師集団が方向性を共有し，働きかけていくと子どもは変わっていくということ，そして何よりも教師達がメンタルヘルスカンファレンスを通して共通理解し自信を持って子どもと向き合い，支援したり指導できるということが大きな収穫である。

また「質問票」を継続して実施してきた成果として，教師達も心理学的専門用語やデータの見方になれてきたように思う。何より質問票の結果をツールとして活用して，「メンタルヘルスカンファレンス」を重ねてきた結果，質問票の有効性も認知されつつあるといえる。特に専門家を交えたカンファレンスを体験することの意味は大きい。子どもの心に寄り添って育てていくということを，具体的事例を通して体験的に学んでいける点も重要である。

今後もより有効的な「学校メンタルヘルスカンファレンス」とするために，ケースの抽出のあり方，運営のし方などについて，実践的に迫っていきたいと考える。

追記：本報告は，第49日本学校保健学会　2004年11月での発表したものに，加筆した報告である。

---

1 「お茶大式　心の健康質問票」は，お茶の水女子大学生活科学部青木紀久代助教授が中心なって開発してきた小中高校生向けのメンタルヘルス尺度である。この研究はＣＯＥ「誕生から死までの発達科学」のプロジェクトⅡ学校支援部門の「幼児期から青年期までのメンタルヘルス縦断的研究－心理的援助のためのアウトリサーチ・プログラム構築－」の一環である。

本プロジェクト並びに「お茶大式　心の質問票」及びその尺度については，以下の文献を参照されたい。

お茶の水女子大学　21 世紀ＣＯＥプログラム　　「誕生から死までの人間発達科学」
中間報告書「家庭・学校・地域における発達危機の診断と臨床診断
　－幼児期から青年期までのメンタルヘルス縦断研究－
　　～心理的援助のためのアウトリーチ・プログラムの構築～