

教育臨床心理実践センターだより

教育臨床心理実践センター発行
2013年2月発行 第6号

教育臨床心理実践センター主催公開講演会「教育臨床について考えるーストレスマネジメント、リラクゼーションを学ぶー」実施報告



2月4日(月)午後4時～6時、教育支援センター2階教授スキル室において、臨床心理士の高田みぎわ先生(同志社大学嘱託講師、スクールカウンセラー)をお迎えして、ストレスマネジメント、リラクゼーションについて学びました。ストレスは私にとって大変身近な言葉ですが、その一方で、とても多様な使われ方をしている言葉です。今回は、学校で使える実践的なストレスマネジメント教育について深めました。先生からはストレスに関する重要な理論、様々なストレスのレベル、PTSD等のストレス障害等の説明のあと、子どもにストレスを理解してもらうにはどうしたらよいかということについてとても分かりやすくお話しいただきました。このとき重要なのは、ストレスをネガティブに悪いものと捉えすぎないこと、がんばってはねかそうとしている側面については、ポジティブにとらえる視点も含めるということでした。そのためのすぐに学校現場で使える楽しい具体的な工夫について教えていただきました。後半は、2人組を作り、高田先生の丁寧なインストラクションのもとで、リラクゼーション体験をしました。学校でリラクゼーションを学ぶということは、充実したパフォーマンスにつながります。受講者一同、とてもいい時間を過ごすことができました。



附属学校園スクールカウンセラー報告

教育臨床心理実践センターは平成 23 年 4 月より桃山地区（附属桃山中学校配置で、活動は他の学校園を含む）スクールカウンセラー岩瀬佳代子先生および京都地区（附属京都小中学校中等部配置で、活動は初等部を含む）スクールカウンセラー荒井久美子先生を派遣しています。なお、平成 25 年 4 月から、新たに附属桃山小学校にスクールカウンセラーが配置されます（週 1 回 4 時間、年間 3 5 回。幼稚園も対象校とします）。

桃山地区スクールカウンセラー
岩瀬佳代子

附属桃山地区では今年度、試行的に小中高に割り振った月 1 日（中学は 2 日）の時間を、なんとか最大限活用するための工夫をしました。月 1 回来てくださる保護者の方々からは、ご家庭での困り感と、対策を練って実行した後の変化についてお話を聞かせていただいています。

小・中学校では、家庭で親が問題と感ずることと、学校で問題に見えることは異なりますので、必要に応じて、参観をし、学級担任のお話も聞かせていただきました。より十分なケアが必要だと感じられた場合は、学年会議に参加させていただくことも、大学の心理教育相談室や他機関をご紹介させていただくこともありました。

高校生になると、自分自身を客観的に見る力が育ちます。高校の先生方のお声かけのおかげで、生徒達が、自分自身の生き方を見つめる時間としてスクールカウンセリングを利用してくれることが増えています。

友だち関係や学習に“つらさ”を抱えていたり、学校生活に適応しにくくなったりしている児童生徒への接し方や関わり方については、それぞれの学校の組織や一人一人の先生方、それぞれの子どもたちや保護者の皆さんの持ち味を生かした対応が大切だと感じているところです。

平成 24 年度（4 月～1 月）相談全体

| | 来談者 カウンセリング | 教職員 コンサルテーション |
|--------|----------------|------------------|
| 実相談件数 | 59 | 39 |
| のべ相談件数 | 159 | 174 |

京都地区スクールカウンセラー
荒井久美子

京都地区での活動も 2 年目を終えようとしております。今年度は来談者カウンセリングや教職員コンサルテーションに加えて保護者向けの教養講座で講師をつとめさせていただくなど、予防・啓発活動にも参加させていただき、活動の広がりを感じております。また、院生相談員や大学の心理教育相談室、特別支援教育臨床実践センター等と連携をとることも徐々に増えてきました。今後はそれらの連携がより有機的なものになるよう、努めたいと考えております。

今後ともよろしく願いいたします。

平成 24 年度（4 月～1 月）相談全体

| | 来談者 カウンセリング | 教職員 コンサルテーション |
|--------|----------------|------------------|
| 実相談件数 | 37 | 57 |
| のべ相談件数 | 86 | 97 |

心理教育相談室について

個人・家族・学校などの悩みや困った問題について心理的援助を行っています。まずは電話にて、お気軽にご連絡ください。075-644-8824（月曜～金曜、午前 10 時～午後 4 時）。なお、平成 25 年 3 月末まで、東日本大震災の被災者および東日本大震災に直接関連する相談は、無料で行います。

教育臨床心理実践センター・スタッフ

専任教員 教授 本間友巳（センター長） 准教授 花田里欧子
兼任教員 教授 森孝宏 准教授 内田利広 准教授 小松貴弘 講師 西村佐彩子
相談補佐員 岩瀬佳代子（月曜日） 荒井久美子（火曜日、金曜日） 西山智栄子（水曜日、木曜日）