

学内連携を活かした学生支援プログラム — 新入生及び在學生を対象としたグループ活動の報告 —

The Student Support Program Utilizing Faculty Cooperation
— *The Report of the Group Program for Freshman & All Students* —

栗津 幹子 *Mikiko Awazu*

(非常勤学生相談室員)

北岡 智子 *Tomoko Kitaoka*

(非常勤学生相談室員)

木村 美奈子 *Minako Kimura*

(学生相談室長・デザイン学部教養部会)

橋本 裕明 *Hiroaki Hashimoto*

(学生部長・デザイン学部教養部会)

伊藤 由夏 *Yuka Ito*

(非常勤学生相談室員)

井村 安之 *Yasuyuki Imura*

(非常勤学生相談室員)

山内 恵理子 *Eriko Yamauchi*

(非常勤学生相談室員)

渡邊 美由記 *Miyuki Watanabe*

(非常勤学生相談室員)

はじめに

大学進学率が50%を超えるようになり、時代の変化に伴って学生の特性も多様になってきている。進学に伴い学校システムが異なると、その移行時に様々な問題が生じることは多くの事例から指摘されている。例えば、小学校から中学校への移行は、「中1問題」として社会的に広く知られており、生徒に対する細やかな配慮や指導が求められている。

大学への移行においても同様の問題が指摘されている。大学のシステムは中学・高校と大きく異なり、多くの大学において一年生へのオリエンテーションで丁寧な説明に努めているが、必要な履修科目の把握や登録は、新入生にとってかなりの緊張を伴う。本学の学生相談室では2007年以来継続して新入生アンケートを実施しているが、その回答からも「履修についてよくわからない」という不安が読み取れる(後藤他, 2007; 栗津他, 2014)

小田(2015)は、「学生相談研究の動向」で18歳人口における4年制大学への進学率の推移について言及しているが、それによると、2000年が151万人中60万人(39.7%)であるのに対し、2014年は118万人中61万人(51.7%)となっている。少子化の影響で18歳人口が減少しているにも拘わらず、大学への進学者は増加傾向にあることが示されている。鶴田(2010)は、大学～大学院までの学生生活を4つのサイクルに区分し、各々の時期に

学生が抱える課題と心理的特徴について述べている。4区分の最初となる大学入学期は「これまでの生活から分離」し「自由の中で自己決定」しながら「新しい生活を開始」していくことが大きなテーマとなっているという。我々学生相談員は、前期も半ばを過ぎた頃に「ずっと大学に来ていない」と初めて相談室を訪ねてくる一年生に出会うことが時々ある。進学率の増加に伴い多様化していく学生の中には、このようなテーマにうまく対処できず大学生活のスタート地点で躓いてしまう人が毎年存在するように見受けられる。この背景には、青年期までに乗り越えなければならない発達課題を、十分にこなせないまま入学を迎えている学生が多いことも要因として考えられるであろう。

このような問題を受け、新入生が大学生活にスムーズに適應できるよう、各大学が初年次教育を積極的に取り入れている。ノートの取り方やレポートの書き方など、大学の授業をこなしていく上で必要な基本的スキルだけでなく、新しい人間関係を築いていく契機となるような取り組みも実施されている。学習面での困難が予想される学生や対人関係に強い不安や緊張を伴う学生、また発達障害の特性を持つ学生などにとって、意味のある支援となっていくだろう。本学でも、2014年度より一年次の必修科目として「大学生になる」が導入され、大学生活に馴染んでいけるような支援を目的としたカリキュラムが始まっている。

学生相談室では、初めて一人暮らしを経験する不安から、体調を崩したり意欲・気力の低下を訴えて訪ねてくる学生に毎年出会ってきた。慣れない土地での生活をスタートさせるのは、社会人であってもかなりのストレスとなる。こういう学生に対して、また自宅生であっても新しい場所や今までとは異なる生活スタイルについていけずに大学から足が遠のいてしまう学生に対して、大学として何かサポートができないだろうか、相談室では検討を重ねてきた。2008年度より保健室と連携して新入生を対象としたグループ活動をスタートさせ、2010年度からは、このプログラムに対して学生支援課の積極的な協力が得られるようになり、参加する学生数が増加した。また、2013年度からは新入生だけでなく全学生を対象として、健康など自己管理を意識したプログラムも実施している。本論文では、学内連携を活かしたこれらの取り組みについて報告し、問題点や今後の課題などについて検討を行いたい。

I. 新入生を対象としたプログラム（春の企画：Welcome to 名芸大）

目的：大学入学によって初めて名古屋や大学近辺で暮らし始めた一年生に対し、また初めてこの地域に通学するようになった一年生に対し、買い物や医療機関など、新生活をスタートするために必要と思われる情報を提供すると共に、大学生活に関する質問に対して可能な範囲で対応し、新入生の大学生活への適應をサポートする。

方法：昼休みや放課後に場所を設定し、一年生に対して新生活に必要な情報を提供する。

広報に関しては、保健室・学生相談室オリエンテーション時に、新入生に対してプログラム紹介を行う。実施前に、ポスターの掲示に加え、学生支援課より一年生にメールにて案内を送信する。先輩として新入生の質問に対応してもらえるように、自治会メンバーにも協力を依頼する。当日は、資料を配布しながら新入生に参加を呼びかけ、集まった学生から「大学生活に関して心配なことや困っていること」について質問を受け、自治会メンバーや相談員などがそれに対応する。自由な雰囲気の中での個別対応を基本とする。

配布資料：手作りの近隣地図・近隣の病院一覧・病院の掛かり方・一人暮らしの調理等

結果と考察：2008年～2016年までの実施時期、実施場所、参加人数を表1に示す。

2008年の初回では、東キャンパスの参加が5名（内2年生2名）、西キャンパスの参加者が5名（内2年生3名）であった。一人暮らしの学生へのサポートを謳った企画であったため、関心を示した2年生の参加が予想よりも多かったが、少人数でゆっくりと時間をかけて一人一人の質問に対応することができた。一人暮らし関係の書籍を2～3冊準備し、一人暮らしを経験している自治会メンバーにも協力を依頼して参加してもらった。「一人暮らしにお金はいくら位かかるのか？」という質問に対して、自治会メンバーから具体的なやりくりのアドバイスなども得られた。新聞やNHK等の勧誘への対処の仕方や自転車修理の場所、ゴミの分別、調味料を冷蔵庫に入れるかどうか等、新入生からは生活に深く関連した質問が出され、新生活の様々な場面で困惑しながら大学生活をスタートし

表1 年度別春のプログラム参加者等の推移

	東			西		
	開催時期	場所	参加人数	開催時期	場所	参加人数
2008年度	4月中旬 放課後	空き教室 (1号館)	5名(内2 年生2名)	4月中旬 放課後	空き教室 (B棟)	5名(内2 年生3名)
2009年度	4月上旬 昼休み	空き教室 (1号館)	0名	4月上旬 放課後	空き教室 (A棟)	10名(内2 年生3名)
2010年度	4月中旬 昼休み	1号館2F 階段横	12名	6月下旬 昼休み	A棟1F 階段横	10名
2011年度	5月中旬 昼休み	1号館2F 階段横	19名	5月中旬 昼休み	B棟 食堂前	約30名
2012年度	5月中旬 昼休み	1号館1F 支援課前	約25名	5月上旬 昼休み	B棟 食堂前	約30名
2013年度	5月中旬 昼休み	1号館1F 支援課前	約45名	5月上旬 昼休み	B棟 食堂前	約50名
2014年度	5月中旬 昼休み	1号館1F 支援課前	7名	5月中旬 昼休み	B棟 食堂前	約50名
2015年度	5月中旬 昼休み	食堂内の一 角	約30名	5月中旬 昼休み	B棟 食堂前	約80名
2016年度	5月中旬 昼休み	1号館1F 支援課前	約50名	5月下旬 昼休み	B棟 食堂前	約60名

ている状況が窺えた。添付資料1として巻末に示した「一人暮らし防犯Q&A」は春の新生プログラムで配布している資料の一つだが、この回で話題となった内容を中心にまとめたものである。他県から名古屋に出てきた学生の中には、「外出するときに家では鍵をかけたことがない」という慣習の中で生活してきた人がいることを、我々相談員も初めて認識した。通常の相談室での面接では見落としていた部分である。「部屋にいるときも鍵をかけるんですか!？」と驚いた表情で確認してくる新入生に、この地域は決して安全とは言いきれない場所であること、留守にする時だけでなく自室で過ごす時にも鍵を意識してもらおうよう伝えた。大学生生活を安全に過ごしてほしいというのは、教職員に共通する思いであろう。防犯に関しては、きちんと伝えていきたいと、この資料を翌年からの配布資料に早急に追加することとした。その他、遠方からの通学者からは「通学時のラッシュが厳しい」という悩みが出た。乗換駅を工夫するアドバイスを自治会メンバーから教えてもらい、早速取り入れていた。

2009年4月は、東キャンパスの参加者が0名、西キャンパスの参加者が10名（内2年生3名）であった。この2年生は昨年度の参加者で、「自分達の経験が少しでも役に立てば」と自主的に協力してくれた学生である。履修に関すること、バイトをどのように見つけたらよいのかという質問が新入生から出され、自治会メンバーや去年の参加者が丁寧に対応してくれた。東キャンパスでは放課後に空き教室を利用した開催であったため学生から見えにくく、午後から試験が実施される学部もあり、声をかけても参加する学生はいなかった。

2年間プログラムを実施し、参加した学生にとっては有益な情報を提供することができたものの、参加者の増加を見込むことは困難であった。学生に声をかけるが、学生相談室主催であることを告げると多くの学生がしり込みをして去っていった。中・高にスクールカウンセラーが配置されるようになり、相談室の敷居は以前に比べると低くなっているものの、まだ多くの学生にとって「学生相談室は特別な人が行く所」という認識が根強いのが現実である。参加者の問題は他大学でも同様であり、慶応大学の西河（2013、2014）は、学生相談室グループ報告では0～15名ほどの参加者で各グループ企画が実施されたことを報告している。また長年グループワークに取り組んでいる甲南大学においても、参加者が少ない傾向が報告されている（太和田他，2008；奥野他，2010）。早坂（2010）は、グループを対象にした取り組みで参加者が少ない傾向について、「理由は複合的であろうが、いわゆる青年の対人関係の希薄化や対人恐怖心性の一般化という要因はありそうである」と述べている。「日常以上の他者との交流を求めない」学生や、「求めている行動をおこすことに不安を抱く学生が増えている」ことも傾向として挙げている。対人関係に不安を抱きやすく自信を持っていない学生の存在は、相談室だけでなく教員との連携場面でもよく話題となる。だからこそ少しでも参加しやすいグループ活動のあり方を求めていきたいと、相談室スタッフで検討を行った。

参加者を増やすためには、相談室単独よりも学生支援課との協賛の方が学生の抵抗は少ないのではないかと考え、次年度に向けて学生支援課に企画に関する相談を行った。学生支援という企画の趣旨に快諾を得て、翌年から学生支援課の積極的な協力が得られることになった。自治会に対しても学生支援課から協力依頼をしてくれることになった。また、場所についても見直しを行った。空き教室は外部から見えにくく、このような活動に気付いてもらうことが難しい。両キャンパスのオープンスペースを使用できないだろうかと学生支援課と相談し、東キャンパスは1号館2階のフリースペースを、西キャンパスはA棟1階入り口階段横のスペースを使用できるようになった。時間帯に関しても、4時半からでは5限目があったり、練習や制作、バイトなどで都合の悪い学生がいることが多かったため、昼休みに実施することとした。

学生支援課との共同開催となった2010年度は、学生支援課のスタッフが前日までのメール配信に加えて一人暮らしの学生に個別に連絡を入れてくれた。当日も開催場所近くで学生に声をかけてくれたこともあり、東キャンパスで初めて10名を超える学生の参加があった。「オープンスペースだと参加しやすい」という学生の声も聞かれた。授業やバイトに関する質問が中心だったが、サークルに関する質問では「時間的に厳しくならないか？」と活動時間を気にする内容のものもあった。昼休みは昼食の時間と重なるため食堂で食事を済ませてくる学生が多く、12:10～開催しているが、実際には両キャンパス共に12時半頃から学生が集まってくるのが多かった。午後の授業に向けて13時頃には声をかけて教室に向かってもらうので実質30分程度になるが、それでも椅子に座って一年生同志、また自治会メンバーからいろいろと情報を得るには十分な時間だと思われる。西キャンパスでは食堂から講義棟A棟に戻ってくる学生が少なく、オープンスペースでの開催を試みたが思ったような結果には結びつかなかった。来年度は食堂前のスペースを利用してはどうかという意見が学生支援課から出て、我々相談員としても願ってもない場所だったので、来年度は場所を移すことになった。

この年は、学生支援課職員の存在が、学生にとって安心して参加できる要因となることを実感した年でもあった。これまでも保健室担当者が一緒に声をかけプログラムを実施してきたが、我々相談員はオリエンテーションで顔を見せただけである。名札を下げている、「この人達、一体誰だろう？」と学生達がいぶかしく思うのは当然であろう。接する機会が多い学生支援課の職員がいることで、学生の警戒心が全く異なるのが印象的だった。

2011年は、開催時期を4月から5月に変更してみた。4月はスケジュール的に慌ただしく学生も落ち着かないこと、「まだ何がわからないのかもわからない」という声が多くなかったこと、4月に張り切ってスタートした一年生が息切れしやすい5月に実施することで学生相談室としてメンタル面でのサポートができるのではないかと考えたことなどが、その理由である。GW明けのなるべく早い時期にということで、東は5月11日に、

西は5月18日に実施した。表1に示したように、この年はどちらのキャンパスも参加人数が増加している。学生生活に慣れ始め友達と一緒に参加する学生がいる一方で、興味はあるけれど席に座るのに時間を要する学生もいた。単位や試験に関する質問に加えて、人間発達学部の学生からは採用試験への不安などが語られた。「忙しいが、前半で単位を取っておくと採用試験の準備に時間が使える」などの先輩のアドバイスに耳を傾けていた。西キャンパスでは、場所の変更が参加人数の大幅増加につながった。食堂前のスペースに椅子と机を設置し授業が終わった学生に声をかけていると、食事を終わった後に立ち寄ってくれる確率が昨年と異なりかなり高くなった。配布した資料を見ている知り合いを見つけ、新たな学生が加わっていくという流れが生まれ、自治会メンバーに加えて学祭実行委員も先輩として参加してくれたことで、傍を通る学生にも「何かイベントが開催されている」というPRができたのではないかと思われる。食堂を利用する際に立ち止まって関心を示すスタッフに声をかけてくれる教職員も何人かいて、今までとは異なる反応があった。この年あたりから、学生に声をかけようとする「私達、一年生じゃないので」と学生から言われ、一年生向けの企画であることが少しずつ学生の中に浸透しているのを感じた。

2012年は、東キャンパスのみ場所の変更を行った。1号館2階のフリースペースを昼食の場として利用している学生も多く、「いつものように昼休みに行ったのに使用できなかった」という声が学生支援課に届いたためである。学生支援を目的とした活動で学生に迷惑をかけることは避けたいと考え学生支援課と相談した結果、学生支援課のスペースを利用できることになった。実際に場所を1階に移してみると2階よりも学生の目につきやすく、気軽に参加できるようであった。東キャンパスでは当日の案内を食堂前でも行っているが、「学生支援課前で開催しています」と伝えると学生にすぐに伝わり、案内の上でも今まで以上にスムーズに感じた。

2013年以降は、5月のGW明けに同一の場所・時間帯で開催を続けている。表1に示すように、年度によって変化はあるものの30~80名の間で推移している。5月の開催では、4月開催時と比較すると、一人暮らしの生活に関する質問は減少してそれぞれに自分のペースを作り始めているようだが、「ちょっとダレてきている」「朝が起きにくい」など、大学生生活に慣れた頃にみられるような悩みや、「長時間の通学が辛い」という眩きが聞かれることが多かった。『ちょっと弱音を聞いてほしい』そういう意味も含まれているのだろう。「疲れが出る頃だね」と共感的に耳を傾けながら、「眠れないとか食欲が出ないとか、体調に変化があったらいつでも保健室や相談室を利用して欲しい」と伝えるようにしている。授業や単位、試験に関する質問は毎年出ているが、「授業は面白い」「大学生生活は楽しい」という声を聞くことも多い。2014年に関して、東の参加者がかなり少ないが、この年は一年生の反応が他の年度と異なり『サポートがなくてもちゃんとやっています』という雰囲気で見返されることが多かった。学生支援課の職員も「今年の学生は少し違うの

で、こういう企画への関心は低いかもしれない」と話していた。2015年は、東で学生支援課の場所が使用できず食堂の一角を使用させてもらった。学生支援課職員は仕事の関係で参加ができずに我々相談員のみで開催したが、人数の減少が結果として表れている。

2008年以降、学生支援課や自治会・学祭実行委員会の協力を得て、連携を活かしながら実施してきた新生向けのプログラムについて概要を述べた。数年前より、配布資料の一つである大学近隣の地図は自由工房が制作してくれたものを使用している。全国の大学で、学生サポートを目的にした様々なグループ活動が展開されているが、このように、学内の多様な部門との連携を活かした取り組みはまだ少ない。友久他（2014）は、「茶の湯を体験しよう」「手作りプラネタリウム鑑賞体験」など甲南大学でのグループ活動の取り組みをまとめた論文で学内連携について触れ、「教職員が興味を示し」「学生に働きかけてくれる」ことの意味、そして、このような流れが生まれるためには、「普段から学生相談室のスタッフと教職員との間に信頼関係があることが大切である」と述べている。名芸大では学生支援課に加え、教務課や管財課、また事務長からも、プログラム開催がスムーズに進むよう協力が得られている。筆者は他大学の学生相談室もいくつか経験しているが、このような幅広い協力関係は名芸大の特徴といえるのではないかと感じている。表1からわかるように、プログラムへの参加人数は学内連携の効果から明確な増加傾向を示しているが、新生生全体から見ると、ごく一部に過ぎない。名芸大での相互信頼に基づく関係を今後も深め、新生が大学生活のスタート地点で戸惑うことが少しでも減っていくように開催時期や内容についても検討を重ね、このプログラムが更に充実・拡大していけるよう我々学生相談員も努力を続けていきたいと考えている。

Ⅱ. 全学年を対象としたプログラム（秋の企画：リラクゼーション／ビギナーズクッキング）

目的：新生向けプログラムだけでなく、全学生を対象とした企画を学生相談室から発信していく。食事をきちんと摂っていない学生やストレスを自覚できないままに気力を低下させていく学生が存在することから、大学生としての自立・自己管理の視点から、心身の健康への意識を高めるためのプログラムを実施する。

方法：学生が疲れを感じやすい大学祭終了後に開催時期を決定し、案内を掲示する。プログラムの内容としてはリラクゼーションと調理を選択した。

リラクゼーションについては、健康法や睡眠について資料を渡し説明を行いながらビデオを流し、一緒にストレッチを行った。資料の中には、不眠時の対応やストレスを感じた時のリラクゼーションの方法に関する情報も含めた。ストレッチを行った後、学生同志で「リラックスするとき・癒されるとき」というテーマでお互いのリラックス法を共有する時間を設けた。

調理（ビギナーズクッキング）に関しては、材料準備の関係で事前に申し込みを募るた

め、学生支援課の窓口申込書とBOXを設置した。料理のレシピ及び指導に関しては学内の教員に依頼した。当日は両キャンパスの調理室を借り、各調理台につき4名前後のグループに分かれ、説明を受けた後に相談員も一緒に加わり調理を開始した。試食と歓談の時間を過ごした後、片付けを行い解散した。2014年のレシピは「野菜スープとチヂミ」、2015年のレシピは「手羽元おでんとパンケーキ」である。

結果と考察：2013年度から行った秋のグループ企画に関して、企画内容や参加人数などを表2に示す。（2016年度秋も開催を予定しているが、原稿提出後の実施となるため3年分を表示する）

表2に示されるように、昼休みの時間帯に実施した2013年のリラクゼーション企画では、どちらのキャンパスも20～30名近い参加があった。スクリーンにストレッチの映像を流しながらプログラムを実施していると、興味を示して集まってくる学生は圧倒的に女子が多かった。「わ、硬い」「痛い」などと言いながらも楽しそうにストレッチ運動に取り組んでいた。「少し動かしたただけなのに身体が暖かくなった」という感想も聞かれた。保健師や相談員は、学生の間を回りながら体調の変化や睡眠の状態について聞いていった。東キャンパスではストレッチ終了後、いくつかのグループに分かれて「リラックスするとき・癒されるとき」というテーマで話し合いを行い、疲れを感じたときの癒し方について情報を共有した。西キャンパスでは学生主催のカフェ（Coffee Plant）との共催となり、ストレッチ後に温かい飲み物で癒される学生も多かった。西キャンパスは開催時期が11月下旬とかなり寒く、オープンスペースでの実施は再考が必要と思われた。「リラックスするとき・癒されるとき」の話し合いは時間の関係で導入できなかった。寒さに向かう時期だったので、このストレッチは両キャンパスの学生に好評だった。

2014年・2015年は、ビギナーズクッキングを実施した。11月は就職を控えた4年生にとって大事な時期である。そういう時に学生支援課が使用できないようなことは避けた方がよいだらうという意見があったこと、大学生の食生活のあり方に関して保健室や教職員から「一日一食の学生がいる」というような懸念が以前から聞こえてきていたことなどが企画変更の理由である。食の大切さを理解してもらうことは大切であるし、簡単で栄養バ

表2 年度別秋のプログラム参加者等の推移

	東			西		
	開催時期	場所	参加人数	開催時期	場所	参加人数
2013年度 ストレッチ	11月中旬 昼休み	1号館1F 支援課前	25～30名	11月下旬 昼休み	B棟 食堂前	20～25名
2014年度 クッキング	1月上旬 5限目	1号館地下 調理室	4名	12月中旬 5限目	X棟1F キッチン工房	25～30名
2015年度 クッキング	12月中旬 5限目	1号館地下 調理室	6名	12月中旬 5限目	X棟1F キッチン工房	20～25名

ランスのよいレシピを紹介することは、一人暮らしの学生だけでなく就職後に一人暮らしをする可能性がある学生に対しても役立つと思われた。

表2にあるように、クッキングは両キャンパスの参加人数にかなりの開きが見られた。西のキッチン工房はガラス張りであり、周囲に企画が見えやすいことがこの差の大きな要因ではないかと考えている。11月になると日没が早い。16時過ぎから始めるこの企画は、周囲が暗くなっていく中で工房の傍を通る学生からよく見える。授業後に残って制作や課題に取り組んでいた学生が飛び入りで参加し、一緒にスープを飲みながら話をしたりパンケーキを焼いて楽しんでいた。生物学担当教員のレシピは栄養面でも充実しており、身近な材料で簡単にできるよう工夫されている。パンケーキなどは、授業や課題の関係で途中から参加しても無理なく合流できた。スケジュール的に開始時間に間に合わない学生もいるので、短時間でも参加が可能になるようなレシピを今後も取り入れていきたいと考えている。レシピはプログラム開催後も学生相談室の入り口に置き、自由に持って帰られるように提供している。

東は、調理室が地下にあるため人目につくことが少ない。しかし、人数は少ないが、あまり人と関わるのが得意ではない学生が相談員に勧められて参加し、一緒に調理をする中で互いに声を掛け合ったり助け合ったりする姿が見られた。後から学生に感想を聞くと、「いつもは他の学生と話す機会がないけど、ああいう場所だと手を動かしながらなので話しやすかった。またぜひ参加したい」と嬉しそうに語っていた。人数が多すぎると、おそらく緊張してうまく関われない可能性もある。春の企画もそうだが、参加人数が少ないから企画として意味がないとは我々は考えていない。少人数だからこそ一人一人に十分なケアができるメリットがある。片山（2013）は、「対人関係困難学生のグループワーク併用の有効性についての検討」で、基本的な生活態度や社会的スキルの学習が充分でない学生からの要望（「コミュニケーションの練習がしたい」「友達作りの場が欲しい」など）を受け、様々な企画を取り入れた継続的なグループ活動を実施しその結果を報告している。企画の一つにお好み焼きパーティーがあり、調理の効用について「調理することで自然と協力する状況や必要最低限の会話が生まれ」ることや「調理や食事に集中することで、話さなくても済ませられる逃げ場が用意でき」る点などを挙げている。対人関係での成功体験に乏しく自信が持てない学生や人と関わることに不安が強い学生にとって、野菜を切ったり炒めたりという作業を通して他者と関わったことは、貴重な体験となっていることがこのプログラムでも感じられた。いつも適切なレシピを用意してくださる教員に感謝しながら、これからもぜひ続けていきたい企画であると思っている。

Ⅲ. グループ活動に関する今後の課題

学内連携を活かしたグループ活動について報告を行ったが、名芸大の学生全体を対象としたグループ企画では、この他にも取り組みたいテーマが数多くある。メンタルヘルスに

関しては心の病について病気や対処法に関する正確な知識を伝えていきたいし、デートDVへの認識も高めていきたいと考えている。自分と向き合い「自分とは何か」「これからどうしていきたいのか」というアイデンティティーに繋がる課題も重要である。複数あるテーマの中で、できるだけ早期に着手したいと考えているのが、対人関係に自信が持てず友達と関わりたいと願いながらも一歩が踏み出せない学生へのアプローチである。

人と関わることに不安を感じ対人関係に苦手意識を持つ学生はどの大学でも見受けられ、いくつかの大学で対人関係を主体にしたグループ活動が実施されている。先に述べた片山(2013)は、「約束をきちんと守れない」「時間観念や仲間関係、協力しあう関係が育っていない」対人関係困難学生に対し、個人面接とグループ活動を併用し計55回のセッションの中で学生達の経験を広げ、学びや気付きを育てている。調理やペットボトルロケット大会、トロフィー作り、誕生日カードの送りあいなど、毎週水曜日に継続的に実施する活動には教職員も数名参加している。卒業後には社会人として就労する学生にとって、このような機会を通して個々人のレベルに応じて社会性を育てられることは、貴重な経験となっているだろう。桐山(2008)は、個人面接を通して他者と関わる内的準備が整ったにも拘わらず仲間を求める行動に踏み出せない学生に対して、個人面接とグループ活動を繋ぎながら学生の社会性を育てる「スリー ステップ アプローチ」を提言している。人間関係で過去に多くの失敗体験を重ねた学生にとって、相談室の二者関係体験のみで社会に出ていくのは不十分であり、二者関係から三者関係に広げていく場の必要性を述べている。相談室での個人面接で過去の傷がある程度落ち着いた学生にとって、また、発達障害などの特性からうまく人と関わるのが苦手な学生にとって、人間関係を広げるきっかけとなるような複数の学生との出会いの場は、自己肯定感を育てる意味でも非常に重要な意味を持つと思われるので、この大学でもそのような場を提供していきたいと考えている。ビギナーズクッキングはそういう機能をもつ場の一つであろう。このような場を継続的に提供していくことが今後の課題と思われる。

対人関係や社会性の中・上級編プログラムとしては、菊池(2013)の例がある。菊池は「未来の自分に会いにいこう」というタイトルで心理教育的ワークショップを企画、参加者は4名だったが、互いの将来像の中から一つを選び、劇として演じるところまで行う企画が興味深い。将来に目を向けることで自身のあり方に気付いたり、人に自分の考えを伝える難しさを学生は経験している。濱田(2015)は、レクチャーとエクササイズを組み合わせた「コミュニケーションサポートセミナー」を実施、「初対面の人との話し方」や「自己紹介をしてみよう」というテーマで、日常のコミュニケーションに不安を抱える学生への継続的プログラムを試みている。

非常勤相談員が多い本学の学生相談室では、ここまでの取り組みは現実的に難しく課題も多い。しかし、高石(2010)が述べるように、筆者は「学生相談の専門性とは、(中略)たとえ病や様々な困難を抱えていても、個々の学生がいかに豊かな学生生活を送り、サイ

クルごとの課題に取り組んで成長し社会へ巣立っていくかを協働によって支援するところにある」と考えている。学生相談室として継続的な個人面接における学生との丁寧な関わりが基本であることは言うまでもないが、学生の成長を考える時、二者関係から次のステップへ移行することが重要な意味を持つ時が大学時代には巡ってくる。今までに築いてきた学内の各部署との信頼関係に基づいた連携を大切に、岩橋（2006）の指摘にあるように、止まって考える面接と個別相談以外でのグループ活動、つまり「止」と「動」のバランスに留意しながら、名芸大に入学してきた一人一人の学生に対して「この学生への支援とは何か」という視点から、個別とグループ活動を組み合わせた学生相談室としての望ましい支援の在り方について、これからも模索を続けていきたいと考えている。

結語

新入生を対象として2008年から実施してきた春の企画と、2013年からスタートさせた全学生を対象とした秋の企画について、その経緯と活動について報告を行った。大学生活への移行で戸惑う新入生への支援を目的とした春の企画は、開始当初、参加人数が少なく学内にどのように広げていくかが課題であったが、学生支援課や自治会など複数の部署との連携が得られる中で参加人数が増加し、学生間に定着していくことができた。心身の健康や自己管理を目的として全学生を対象に開始した秋のプログラムでは、両キャンパスで参加人数に開きがあるものの各々に意味があることが考察された。非常勤相談員が多いという現実的な制約はあるが、学生相談室として今後取り組みたいテーマの一つである対人関係に不安を抱える学生への支援を目的としたグループ活動についても検討を行った。

引用文献・参考文献

- 粟津幹子・木村美奈子・佐藤勝利・菅嶋康浩・北岡智子・伊藤由夏・山内恵理子・渡邊美由紀 2014年度新入生による「学生相談室アンケート」の結果に関する教育臨床心理学的考察—5年間の結果比較と共に— 2015 名古屋芸術大学研究紀要 36 15-30
- 後藤倬男・橋本裕明・粟津幹子・加藤友希恵・橋本容子・北岡智子 新入生による「学生相談室アンケート」の結果に関する教育臨床心理学的考察 2007 名古屋芸術大学研究紀要 28 97-105
- 濱田里羽 日常のコミュニケーションに不安を抱える学生を対象とした継続的グループプログラムの試み 2015 学生相談研究 vol. 36 No. 2 135-146
- 早坂浩志 学生相談ハンドブック 学苑社 2010 190-195
- 岩橋知子 個別相談以外の学生相談活動の最近の動向 2006 福岡教育大学紀要 55 119-132
- 片山綾乃 対人関係困難学生へのグループワーク併用の有効性についての検討 2013 学生相談研究 vol. 34 No. 2 156-165
- 菊池悌一郎 学生相談におけるグループワークの実施形態についての検討 2013 学生相談研究 vol. 34 No. 1 36-48
- 桐山雅子 学生相談室が提供するキャンパスの練習機能 2008 学生相談研究 vol. 28 No. 3 181-190
- 西河正行 2012年度グループ報告 I 2013 慶應義塾大学学生相談室紀要 43 41-46

- 西河正行 2013年度グループ報告Ⅰ 2014 慶應義塾大学学生相談室紀要 44 14-17
- 小田真二 学生相談に関する近年の研究動向 2015 学生相談研究 vol.36 No.2 147-162
- 奥野玄子 2010年度学生相談室主催グループワーク報告 2011 甲南女子大学学生相談室年報 11 35-36
- 太和田陽子 2008年度学生相談室主催グループワーク報告 2009 甲南女子大学学生相談室年報 9 29-31
- 高石恭子 学生相談ハンドブック 学苑社 2010 272-277
- 友久茂子 学生相談室における「グループ活動」検証の試み 2014 甲南大学学生相談室紀要 22 56-75
- 鶴田和美 学生相談ハンドブック 学苑社 2010 34-41

添付資料1

一人暮らしの防犯 Q&A

家族と離れての一人暮らし、みなさんはどんなふうに過ごしていますか？
親に干渉されず自由に過ごせる一方で、授業や実習、試験で忙しいときは、食事を作る時間もないし、洗濯物はたまっていくばかりだし、大変なことも多いですね。

さて、今回は、「WELCOME to 名芸大」で1・2年生から出されたいくつかの質問の中から、防犯に関するものをまとめてみました。地域によっていろんな違いがあります。「今まで住んでいた自宅とずいぶん違うな～」と感ずることも多いでしょう。少しでもみなさんの参考になるようにと願っています。



Q1 部屋にいる時も鍵は閉めたほうがいいの？

A はい、鍵は必ず閉めてください。みなさんの中には、「実家では鍵なんてしめたことないよ」「開けたまま出かけるし…」という方もいらっしゃるかもしれませんが、でも、残念ながら、名古屋近郊はそれほど安心できる街ではありません。出かけるときはもちろん、部屋にいる時でも、鍵は閉めた方が安全です。

また、帰宅してアパートの鍵を開けるときは、周囲に不審な人がいないかどうか確認して開けるようにしてください。鍵を開けて部屋に入るとき、後ろから突き飛ばされるという被害にあわないように、充分気をつけてくださいね。

Q2 暑いから、窓を開けて寝たいけど？

A 気持ちはよくわかります。でも、夜寝る時は、必ず窓は閉めてください。「空き巣に注意」という掲示をときどき見かけることもあるでしょう。大学の周囲でも被害が報告されています。厳しいことを言うようですが、1階でも2階でも寝る時は必ず窓を閉めて施錠する、これを習慣にしてください。氷枕やアイスノンを敷くと、ちょっと涼しく寝られますよ。



Q3 夜遅くドアのチャイムが鳴ったけど、出た方がいい？

A 夜遅い時間にいきなり鳴るとびっくりしますよね。こういうときは出なくても大丈夫。友だちだったら、多分携帯や何かで事前に連絡してくるはずで。夜9時以降だったら「どなたですか？」などと聞かずに無視した方が安心です。友だちに急に用事ができたときは、携帯や電話で連絡してから訪ねるようにしたいですね。

昼間でも、簡単に鍵は開けないようにしてください。宅急便を装って侵入される場合もあります。ドアチェーンは付いていますか？知らない人の場合はチェーンをつけたまま対応しても失礼にはなりません。

Q4 夜遅くなって一人で帰るときの注意点ってありますか？

A 気をつけていても怖りが遅くなって、怖い思いをすることがあるかもしれません。できるだけ明るい人通りの多い道を選んでください。ちょっと遠回りでもそのほうが安全です。また、かばんをしっかり持っておきましょう。建物の陰から人が出てくることもあります。道路の端を避けて、できるだけ道路の真ん中に近いところを歩いてください。防犯スプレーを持っておくことも安心かもしれません。

自転車の場合は、イヤホンで音楽を聴きながら帰っていると、周囲の音に気付かないこともあります。好きな音楽は部屋に帰ってゆっくり聴いてくださいね。

Q5 女子の場合、特に注意することは？

A 先輩からのアドバイスでとても参考になったことをお伝えします。まず洗濯物。女物と分かるものだけを干さない。外に干すのはタオルやシーツだけという人もいました。下着は部屋に干す方が安心です。お父さんのシャツや下着を借りてきて一緒に干すという方法もあります。盗みのリスクにとって、洗濯物は大事な手掛かりです。

玄関に男性用の履物を置いておくという人もいました。「女の子一人で住んでいるんじゃないよ」というサインをいろいろな形で示せるように、みなさんも工夫してみてください。



学生相談室には、「ひとり暮らしの自炊」「ひとり暮らしの賢い節約」「ひとり暮らしの家事」など、いろいろな本もあります。貸し出しもできますので、気軽に訪ねてくださいね。

みなさんの大学生活が安全に過ぎていきますように…。

学生相談室

添付資料2 グループ活動の様子



春のプログラム (Welcome to 名芸大)



秋の企画 (リラクゼーション)



秋の企画（ビギナーズクッキング）