

OB訪問



20年近くにわたり札幌市内、道内でスクールカウンセラーとしてキャリアを積み、母校の本学でも後輩の様々な悩みに耳を傾けている根本さんをあいの里キャンパス「学生相談室」に訪ねました。

北海道医療大学学生相談室カウンセラー、 スクールカウンセラー

公認心理師、臨床心理士

根本 大輔さん

(看護福祉学部医療福祉学科臨床心理専攻
[現心理科学部臨床心理学科]2000年3月卒業)

■ 児童、生徒、学生の相談相手

全国で公立学校のスクールカウンセラー配置が急速に進められた時期にキャリアをスタートさせた根本さん。スクールカウンセラーの役割を実践を通して構築し、その存在を浸透させてきた世代です。これまで小中高の教育現場で活動し、現在は月に5回、滝川市内の小学校に勤務しています。児童本人からの相談もありますが、多くは保護者、教員からの相談。彼らへのアドバイス、バックアップに多くの時間を使い、必要であれば家庭訪問も行うということです。「発達障害や不登校というキーワードは広く浸透してきましたが、一方で偏った認識や当事者を置き去りにするようなアプローチも見られます。当初は『学校復帰』を優先する流れが強かったのですが、現在では『登校しない』という選択肢も随分と許容されるようになりました。ただ、本人、家族、学校の考えるゴールが必ずしも一致するわけではないので、そこをいかにつないでいくか、ということも私たちの大切な役割です」。

並行して、本学学生相談室のカウンセラーも約15年にわたり務めています。学生相談室は本学学生が学業、対人関係、異性関係などあらゆる悩みを気軽に相談できる場所です。もう一人の女性のカウンセラーと交替で、根本さんは週に3日勤務しています。

■ 「よろず相談承ります」

学生相談室には、入学後の環境の変化にうまく適応できない、やる気が出ないなど多種多様な相談が持ち込まれます。時代が変

わっても内容に大きな変化はないそうです。根本さんは自らの仕事を「心を聞いていく仕事」と表現します。「勉強についていけない」と相談に来た学生の話を丁寧に聞いていくとその奥に隠れていた本当の悩みが現れてくることはよくあるそう。極めて個人的な問題だけに「この人にどこまで話せるか」を探り、信頼できると判断してから本音を出すのでしょう。そんな学生の、人になかなか伝えられない苦しさ、生きづらさに根本さんは寄り添い、必要なら卒業まで継続して伴走します。



曜日により当別、あいの里の両キャンパスに勤務。気軽に話せるよう、学生には「根本先生」ではなく「根本さん」と呼んでもらうことにしています。

ングを通して視点、考え方、行動に小さな変化を生み、次のステージ、例えば卒業後の社会に踏み出す一歩が少しでも軽くなり、生きやすくなるような手助けを心がけています。

■ 積み重ねが将来をつくる

根本さんは、依拠する学派や特定の研究分野を定めていないそうです。心理学における科学的アプローチやエビデンスを重視していますが、それを第一選択とするのではなく、目の前にいる相談者の思いや気持ち、「個」を大切にすることを矜持としています。「その時々々のテーマ、関心に集中して、いまできることを精一杯する。その積み重ねがカウンセラーとしての自分の将来をつくっていくと思っています」。20年近い経験を経てもなお、「人の心は簡単に『わかった』なんて言えるものではありません」と率直な根本さん。謙虚で寛容な人柄も相まって相手に緊張感を与えない敷居の低いカウンセラー、根本さんの下でたくさんの悩み事は少しずつ軽くなっているようです。

■ グレーを大事にする

「もともと優柔不断で、なかなか白黒つけられない自分を学生時代はカッコ悪いと思っていました」と根本さん。それが自らの成長と共に「一つの明確な答えを出すことが必ずしもいいとは限らないと思うようになった」そうです。「たどり着くところもその過程も白黒入り混じったグレーでもいいんです」。一つの答えを無理して追うより、カウンセリ



学生相談室では昨年のステイホーム期間中に電話、オンラインの相談体制を整え、現在は対面、電話、オンラインの3方法から相談形態を選べます。オンラインはマスクを外して、モニター越しとはいえお互いの表情を確認できるのがメリットです。生活リズムの乱れ、見通しの立たない不安など、学生の相談内容にCOVID-19の影響を感じるものの「カウンセリングのベースはどんな状況でも変わりません」と根本さん。頼もしいです。