

## 「日本ストレスマネジメント学会」設立総会・第1回大会を終えて

鹿児島大学大学院人文社会科学部 山中 寛

小学生が「ストレス」という言葉を口にするほど、社会的にストレスが注目されるようになってきました。21世紀は、まさにストレスの時代と言えるのかもしれません。このような状況の中で、予防を重視した「ストレスマネジメント教育」が教育、産業、スポーツ、医療などの領域で急速に普及しています。特に、教育の領域では、全国的にストレスマネジメント教育に関する積極的な活動が展開されています。その中心的な役割を担っているのは、教師やスクールカウンセラーです。その原動力は、私たち大人がいま、何かを始めなければ、21世紀を生きる子どもたちは、傷つき、孤立し、自立できなくなってしまうという思いです。

その熱い思いに支えられて、「日本ストレスマネジメント学会」設立総会並びに第1回大会が、2002年8月10・11日に鹿児島で開催されました。学会設立に本格的に取り組み始めて第1回目の発起人会を開催したのが3月18日でしたから、開催まで5ヶ月足らずという短い準備期間でした。学会名に「教育」や「教育臨床」などを入れるかどうかといった基本的なことから議論をはじめ、ストレスマネジメント教育を中核とし、予防からケアまでを含むという共通認識に立ち、現在の学会名称に落ち着きました。さらに、開催地が話題になり、大阪、兵庫、京都が候補に上がりましたが、結局、最南端の鹿児島でということになりました。記念すべき設立総会と第1回大会をお任せいただき、学会誕生に直接関わることができる喜びもさることながら、本当に開催することができるだろうかという不安な思いで、不本意ながらお引き受けしたことがつい昨日のように鮮やかに思い出されます。

大会当日は、心配していた台風の影響もなく、短期間に大会ホームページと各地区の研究会組織を中心に案内しただけでしたが、会員総数125名(正会員100名、学生会員25名)中103名の会員と非会員132名、計235名の参加がありました。大会オープニングの成瀬悟策先生の記念講演、学会主催シンポジウムは参加者一人ひとりの熱気に包まれて盛会でした。その夜の懇親会にも100余名の参加があり、ストレスマネジメント教育にかけるエネルギーと学会設立の喜びに満ち溢れていました。参加したみなさんが非常に生き生きしていて、会場のあちこちで話の輪ができていた様子は、学閥や権威にとらわれない、自由で楽しく、活気のある学会の発展を予感させるものでした。

この学会が、さまざまな領域で活動している実践家と研究者の交流の場となり、ストレスマネジメントの発展と深化に貢献し、子どもから高齢者にいたる多くの人々の幸福に寄与することを願ってやみません。そうなるかどうかは、会員一人ひとりの熱意と日々の研鑽にかかっています。

## 第1回大会シンポジウム「ストレスマネジメントの展開 現状と今後の課題」の司会を担当してみ

早稲田大学人間科学部・大学院人間科学研究科 竹中晃二

第1回大会シンポジウムの司会を担当させて頂き、光栄に思います。学校を中心にして発展してきたストレスマネジメント教育は、様々なストレスへの予防措置として、学校現場に導入され始めた導入期、それらの芽が全国に広がりながら数名のリーダーを産み、それぞれの方法を活かして普及していった普及期、そして、さらに発展期を目指す本学会の設立によって方法論の統一、相互の連絡、そして研修会を行おうとしています。本シンポジウムは、発展期のプロローグにふさわしい内容で、独自に行われてきた従来の方法論をお互いに知り、違うものを見て、それぞれの価値を認め合う大切さを学びました。シンポジウムの話題提供のそれぞれについては、来年3月に発行される学会誌上に盛り込まれる予定です。そのため、ここでは、このシンポジウムの司会をしてみ、今後私達が進めていかなければならない課題を私なりにまとめてみました。以下に列挙します。

1. 場、対象者、教育（提供）者を明確にした上での取り組み どこで行うのか（学校、地域、職域、家庭）、誰が受け取るのか（児童、生徒、職業人、患者）、誰が提供するのか（学校教師（養護教諭）、心理学者、地域推進者など）
2. ストレス対処や予防において最大の効果をあげるための方法や内容 客観的な研究によって効果を確認
3. プログラムづくり、カリキュラムづくり、教える側の研修マニュアル、教材（テキスト以外）の開発 効果のある教授内容・方法に関するスタンダードの確立
4. 用語・評価方法の統一 効果を比較・検討するため、統一した言語、評価内容の決定、評価尺度の開発と使用
5. 責任問題、フォローアップ体制の確立 資格制度の確立と訴訟など法律上の問題が生じた際の対応マニュアルの作成
6. 付加価値 現場にストレス予防の観点をもち込む意義、保護者を巻き込む意義

最後に、世は不況、中高年者のうつから自殺、家庭内のストレスなど、職域や地域へのストレスマネジメントのニーズは広がる一方です。本学会において、ストレスマネジメントへの興味の高まりのほとんどが学校中心であり、そのことは需要の高さと緊急性という点では理解できるとしても、他分野への情報・宣伝活動の充実を促す必要性を実感しました。さらに、今後は、ストレスマネジメントのプログラムを、学会として、アカデミックな内容（理論的枠組み）を保持しながら、いかに使いやすく、現場に即したものとして普及させていくか、逆に、現場主義にならないために、現場での取り組みや結果をどう客観的に評価するかという、単に「やりっぱなし」でなく、効果評価の詳細を確立していくことが重要と思いました。発展期に入った学会設立、そしてストレスマネジメントのますますの普及・発展を祈っています。

## ” 真の学問的交流の場 ” の誕生を祝う

茨木市教育委員会生涯学習課 指導主事 高元 伊智郎

山田先生たちの阪神大震災での活動、竹中先生編著の『ピンクの本』や富永先生の三田市でのいじめ対策の取組、山中先生のシドニーオリンピックの取組など、大阪のPGSを基盤にしながらも、節操なくあちこちの研究会に顔を出し幅広く多くの先生方から学んできた私にとって、夢にまで見た学会の立ち上げでした。

今でこそ、「ストレスマネジメント」という言葉でインターネットを検索すると多くヒットしますが、4年ほど前はそうではありませんでした。しかしながら、様々なところで様々なレベルで行われ、情報の大海のなかで紹介されているのが現状と考えます。また、教育実践する学校現場では、よほどのきっかけがない限り、学校全体で取り組もうというところは少なく、研究者側には学閥や専門分野の垣根があるように感じます。

学年・学校・組織全体の取組にするためには、学問的な裏付けやバックアップが必要です。この学会の研究発表が、名実ともに「ストレスマネジメント」を代表するものになる必要・責任があると思います。今までの実践や研究の到達点、問題点や危険性をクリアにし、スタンダードを提示することが求められていると思います。また、研修会では、講師の冗談や話術ではなく、スキル向上を明確にしたものが今後強く望まれると思います。

懇親会場でお会いした神田橋先生がこの学会を評して「和して動ぜず」という言葉を私に残されました。2003年夏に大阪で多くの先生方と“真の学問的交流”ができることを楽しみにしております。

### 第1回ストレスマネジメント学会の成功をお喜びいたします

兵庫（加古川市立中部中学校） 石井佐千代

初めて訪れた鹿児島では、地球の息吹が聞こえてきそうな桜島を目にしました。鹿児島大学の記念会場は、きらめく星空と厳かな宇宙を感じる空間でした。この宇宙のたまごのような会場にいて見えたものは、「ストレスマネジメント学会」という雛が、殻を破って光のあふれる世界へと生まれ出ようとしている瞬間でした。

ストレスマネジメント学会は、今まさに必要とされている学会です。親鳥が、「ストレスマネジメント学会」というたまごが着実に成長するのをじっと見守り続けていたのでは・・・と思えました。そして2002年夏。「今こそ世に出よう」と、殻をつつく元気の良い雛の気配に親鳥が、「早く出ておいで」と働きかけている。そんな「卒琢同時」の場面でありました。

今も、「ストレスマネジメント学会」の誕生の瞬間に立ち会えた感動でいっぱいです。雛は、日々大きく成長していきます。たくさんの仲間と共に。

学校現場の一教師である自分にとって、県外にも志を同じくする多くの先生方がいらっしやることを知り心強く感じました。山中 寛先生はじめ、諸先生方、スタッフの皆様には学会開催にあたり細かい心配りを頂き本当にお世話になりました。

ありがとうございました。

## 日本ストレスマネジメント学会第二回大会のご案内

本学会の二回目の大会を、大阪のストレスマネジメント教育実践研究会（PGS）が中心になって、開催させて頂くことになりました。さっそく2002年10月20日（日）に実行委員会を開催し、大枠を決めましたので第一報としてご案内させていただきます。

第二回大会概要（第一報）

**テーマ** 子どもを守り育てるストレスマネジメント教育

**日時** 2003年8月2日（土）学会大会

8月3日（日）研修

**場所** 公立学校共済「ホテル・アウィーナ大阪」

（近鉄上本町六丁目駅から徒歩5分、地下鉄谷町九丁目駅から徒歩7分）

学会 基調講演、シンポジウム、研究発表、実践報告

研修会 初心者コース、中級者コース、発展コースに分けてそれぞれ3テーマを予定

今後（2003年）の予定

1月末頃 第二報送付（大会・参加発表申込書、発表用紙、講習会案内・受講希望調査表）

3月末頃 発表申し込み（要旨）送付期限、大会参加費払い込み期限

4月末頃 第三報送付（発表者へ発表抄録用原稿の書き方等を送付）

6月末頃 発表抄録送付〆切

7月初旬 全会員にプログラム送付

大会当日 発表抄録集配布および販売

会費 第一回大会と同程度を予定しています。

### 大会長からのことば

基本テーマは子どもを守り育てるストレスマネジメント教育

ここ数年、関西では阪神-淡路大震災や O157 食中毒事件、池田小学校事件などの犯罪被害など、子どもの安全を脅かす話題には事欠きませんでした。そのせいか、ストレスマネジメント教育の必要性が語られ、実践を求められ、そして広く普及してきました。開催地が大阪だからということもあって、このテーマに全員一致で決定しました。基調となる講演やシンポジウム、そしてポスターおよび口頭発表のセッションにおいても、そしてまた二日目の研修会においても、この基本テーマの下に議論を結集させる予定です。

大阪の良さを満喫してください

時期は8月2-3日。夏休みに入って一服した頃。それでなくても暑い大阪ですが、本学会に集まる熱気で更にヒートアップ大阪となることでしょう。でも会場は心地よいホテル

の会議室です。存分に勉強、研修に集中できます。

会場は関西国際空港や伊丹空港から定期バスの直通便があり、とても便利。JR利用でも新大阪からなら1回乗り換えはあるものの、およそ20分で最寄り駅に。名古屋からなら近鉄特急で一本。食道楽の街大阪らしく、うまくて安い懇親会にもご参加を。

日頃の成果を披露してください

2003年1月末頃に、学会員各位宛に大会案内(二報)をお送りします。学会の概要と、参加申し込み、発表申し込みの詳細をお届けします。ストレスマネジメント教育・実践に関する研究発表、実践報告、技術開示等、会員各位の日頃の成果をぜひ発表してください。また、参加したい研修コースの希望を聞かせていただきます。

以上

文責 第二回大会準備委員長 山田富美雄 (fumio-yamada@osaka.email.ne.jp)

### 日本ストレスマネジメント学会・理事会・会務担当

理事長：山中 寛

常任理事：竹中 晃二、富永 良喜、松木 繁、山田 富美雄

総務：竹中 晃二、嶋田 洋徳、津田 彰、堤 俊彦、深野 佳和、宮脇 宏司、  
山内 久美

財務：松木 繁、土居 隆子、八木利津子、山元 昇

広報：富永 良喜、石井 佐千代、小澤 康司、窪田 由紀、田中 純、戸カ崎 泰子、  
藤原 忠雄、橋本 頼仁、山田 良一

研修・企画：富永 良喜、大野 太郎、佐伯 陵子、高田 みぎわ、高橋 良斉、瀧野 揚三、  
坪田 泉、森川 泰寛、森田 勇

編集：山田 富美雄、坂野 雄二、佐藤 豪、竹中 晃二、田嶋 誠一、津田 彰、  
堤 俊彦、富永 良喜、廣川 空美、深野 佳和、松木 繁、山中 寛

監事：高元 伊智郎、宮原 英明

発行担当：富永良喜

兵庫教育大学発達心理臨床研究センター

〒673-1421 兵庫県加東郡社町下久米942-1

Fax. 0795-44-2279

E-mail hotanshin@hotmail.com