

# 教職教養Training動画

教育心理

第6回

## カウンセリング

講師：古川聡



---

月刊『教員養成セミナー』2019年2月号収録

# カウンセリングとは



最初の面談・・・インテーク面接 → 悩みの種類を確認  
心理検査などで基本情報を収集



# カウンセリングの技法

## ウィリアムソンの指示的カウンセリング

進路や学業の悩み → 情報不足が原因 → 積極的な情報提供 → 解決！

## ロジャーズの非指示的（来談者中心）カウンセリング

心の悩み → 成長する力が発揮できない → 発揮できるように援助 → 解決！

## ソーンの折衷的カウンセリング

指示的技法と非指示的技法をあわせて臨機応変に対応

最初は非指示的な対応、後に指示的な対応をとることが多い



# カウンセリングにおける対応

カウンセラーが備えておくべき基本的な資質

⇒ カウンセリングマインド

無条件の肯定的関心・・・すべてを受け止める

共感的理解・・・・・・・・・・気持ちを共有し、それを伝え返す

自己一致・・・・・・・・・・純粋な存在となって聴く



# カウンセリングにおける具体的対応

座る位置にも注意する

適切なところで相槌を打つ

適度なアイコンタクト

自分の言葉で答えなければならない開かれた質問をする

⇒ これらの対応法を段階的に学べるのがマイクロカウンセリング



# 心理療法の3つの役割

治療的役割・・・悩みの解決に向けての援助

予防的役割・・・近い将来起こるであろう悩みにあらかじめ対処する

開発的役割・・・健康な人が自己理解や他者理解を図る



心理療法はすべての人が対象！

