

講座概要

コースI. カウンセリングに活かす交流分析 講師: 繁田千恵

○カウンセリングにおける傾聴を交流分析理論を使って実践する

カウンセリングを実践するうえで、その中核となる理論はロジャースのパーソンセンタードの考え方です。それはカウンセラーの3条件である「無条件の尊重」「共感」「自己一致」が中核となっています。そしてその3条件を満たしてカウンセリングをすることが傾聴であると言われます。カウンセリングの中核は傾聴にあります。その傾聴を目指すカウンセリングの中で、クライアントとカウンセラーの間で何が起きているのか、逐語検討やロールプレイで体験的に学習していきますが、なかなか一朝一夕には身に付きません。その学習のプロセスの中に交流分析理論を使い、その場で、今ここで起きている事を分析していくことで、どのように傾聴が行われ、効果を上げていくのかが明解になり、テンポアップします。今回の講座は一つのケースをとりあげ、交流分析の視点でカウンセリングのプロセスを検討していきます。また、講座の中での体験学習を通して、交流分析の理論・手法をご自身で実感し現場で使えることを目指します。

カウンセラー、セラピストだけではなく介護、教育に携わる方、社会の中で人間関係に何らかのストレスを感じておいでの方々へもお勧めです。

コースII. カウンセリングに活かす森田療法 講師: 飯田俊穂

○森田療法のエキスをカウンセリングに活かす

森田療法は、1919年に我が国の精神科医、森田正馬によって創始された神経質症に対する精神療法です。森田療法は、対人恐怖や広場恐怖などの恐怖症、強迫症、不安症(パニック、全般性不安症)、心気症などが主たる治療の対象であり、これまでに高い治療効果をあげてきています。また最近では、慢性化するうつ病やガン患者さんのメンタルケア、さらに一般向けに心を強くする森田式生活術など、幅広い分野に有効とされています。

今回は、第2弾として森田療法のエキス「精神相互作用」「あるがまま」「感情の法則」「両面観」「恐怖突入」「欲望と不安」「行動の原則」など、事例を紹介しながらカウンセリングの実践に活かせるよう学ぶ予定です。是非ご参加ください。

コースIII. カウンセリングに活かす芸術療法 講師: 鈴木康明

○芸術療法: クライアントの人間力活性化とアセスメントを学ぶ

人間は自分のことを表現します。それはなぜか、聞いて欲しい、見て欲しい、そして何よりわかって欲しいからです。私たちは、日常生活においても、その欲求を無視することはできないのですが、苦しい、つらい、悲しい状況に置かれているとき、ことさらこの思いは痛切です。このいってみれば当たり前のことが、カウンセリングではとても難しいのです。なぜなら、まず困っているその人が伝えきれないだけでなく、そもそも苦悩の本体が不明であったりするからです。そうすると、かかわる私たちは、何をどうしたらよいか途方に暮れてしまいます。

そもそも心理的援助は、多くの場合言葉を媒介に行われます。でも、そこに何か不全感が感じられるようなとき、言葉にかかる比重が軽めのアプローチについて考えてみたらいかがでしょうか。芸術療法は、描く、作る、書く、踊る、歌うなど人の表現に着目することで、私たちが、クライアントを理解するときのツールとしてのみならず、クライアントの持っている人間力の活性化も目指せます。

- ・取り上げるアプローチ☞ 描画、コラージュ、ムーブメント、お芝居
- ・心理アセスメント☞ 投映描画法テストバッテリー(星と波テスト、バウムテスト、ワルテック描画テスト)