

# ブリーフカウンセリング入門

<p>担当者</p>	<p>宇田 光（南山大学総合政策学部教授） 中川貴嗣（臨床心理士）</p>
<p>概要</p>	<p>不登校やいじめなど、学校で子どもたちは様々な問題に直面します。そんななかで、スクールカウンセリングが注目されています。しかし、あわただしい学校では、じっくりと悩みを聴いていく伝統的なカウンセリングを用いることは困難です。より短期的な対処を前提として取り組む方法が、学校現場では切望されていると言えるでしょう。</p> <p>ブリーフカウンセリングとは、短期的な解決を前提とするカウンセリングです。従来のセラピーやカウンセリングと比べて、学校現場の制約のもとで、より現実的な対処をしようとする方法なのです。</p> <p>中でも、現在注目されている解決志向アプローチは、問題そのものを扱いません。問題の例外やうまくいっている部分に焦点を当てて、解決そのものを直接創り上げます。問題を直接的には扱わないために、①より安全な対処が可能（悪化する危険性が少ない）であること、②負担感が少なく済むこと③比較的単純なため習得しやすい方法であること、などの特徴を備えています。</p> <p>この講座では、ブリーフカウンセリング（特に解決志向アプローチ）の基本的な考え方や技法を学びます。小グループでの実践的な演習を中心とする2日間の「短期」集中型講座です。学校の教職員の方々、カウンセリングに関心をお持ちの方々などにお勧めします。</p> <p>主な内容・本人自身が具体的な目標をたてる          ・スケーリングクエスチョンを用いて未来の姿を明確化する          ・問題の例外を探る          ・不登校への対応など</p>
<p>日程</p>	<p>2014年8月2日（土）、3日（日） 10：00～17：00 土日集中</p>
<p>定員</p>	<p>24名</p>
<p>会場</p>	<p>南山大学 D棟 D51教室</p>
<p>受講料</p>	<p>受講料 14,400円〈税込〉</p>
<p>メルマガ講座報告</p>	<p style="text-align: right;">担当講師 宇田 光 記</p> <p>「今回、参加された目標は何ですか」という問いから講座を始めています。これに対して、数多くの声が上がりました。参加者には、「カウンセリングは全くの素人です」という方から、相談・支援業務に携わっている方までおられましたが、みなさん日々現場で様々な困難にご苦労されており、それだけに熱い思いと期待を持って参加されているのを感じました。「相手の不満を聞くだけだと、どうしても平行線になってしまう。話の糸口がつかめると良いと思う」、「ブリーフカウンセリングはいいよ、と人に言われて、やってみたいと思ったので」、「ブリーフカウンセリングは、カウンセリング全体のどのあたりに位置するのだろうか。学校にマッチするものだと思うので、正体を知りたいし、広めたい」など幅広い目標が示されました。</p> <p>ブリーフカウンセリングの質問技法を用いた演習には、みなさんとても積極的に参加して下さいまして、大いに盛り上がりました。考え方や質問の言い回しがかかなり独特なため戸惑われたり、悩まれたりされていましたが、みなさん果敢に挑んでくださいました。目標は、どこまで達成できたでしょうか。ほんの少しの小さな変化から始めて、解決された未来に向けて進んで頂ければ幸いです。</p>