

はじめに…5

第1章 教員に適したカウンセリングとは

1 教員に適したカウンセリングを学ぼう…10

カウンセリングを学ぶと自己変革ができる…10

教員向きのカウンセリングがある…11

問題対応だけでなく、子どもが未来を拓く力も育てよう…12

理論と技法が一致した指導で、教員と子どもの生きがいを育てよう…14

2 カウンセリングの何をどう学ぶか…16

学び方が大切…16

個と集団の両方にかかわる力をつけよう…17

不易と流行を押さえて学ぶ…18

自らの課題に応じたもの、趣味に終わらず日常で実践できるもの…19

実践的に学ぶにはどうすればよいのか…20

第2章 厳選！ 核となる5つのカウンセリング

1 基本となる三段階の接し方をマスターしよう

——教員が使うカウンセリングの基礎基本…24

よい指導・援助のベースにあるもの…24

三段階の接し方とは何か…25

三段階の接し方は、順序を守ることが大切…31

三段階の接し方を練習しよう…32

個の指導も集団づくりにも通じる…38

2 構成的グループエンカウンター

—— 自他発見を深め、ふれあいのある人間関係を育てよう…42

人間関係づくりは構成的グループエンカウンターから…42

流れは、インストラクション→エクササイズ→シェアリング+必要な
介入…46

シェアリングはエンカウターの命…50

シェアリングの紙上練習問題…55

実践初期の留意点…59

質の高いエンカウターの実践をめざして…63

3 ソリューション・フォーカスト・アプローチ

—— 原因を深追いせずに解決をめざそう…68

ブリーフセラピーとは…68

ソリューションの考え方…69

ソリューションのこのツボを押さえておこう…74

ソリューションの基本的な流れ…79

相手を見つけて練習しよう…89

ソリューションを用いる際にしくじりやすい点とその対策…91

ソリューションの面接のポイント…94

4 ソーシャルスキル教育

—— 日常生活での人間関係のコツを教えよう…98

なぜソーシャルスキル教育が必要か…98

ソーシャルスキル教育の流れ…100

ソーシャルスキル教育の授業の実際…106

- ソーシャルスキル教育の実施上の留意点…109
- 「問題解決スキル」を育てるワークシートを用いた取り組みの例…112
- 「怒りの感情をコントロールする」ことをめざす取り組みの例…116

5 選択理論心理学

- 内発的な動機づけを高めて自主性を育てよう…120
- 生きる力を育てる選択理論心理学…120
- 選択理論心理学の特徴…126
- 5つの基本的欲求をバランスよく満たそう…128
- 基本的欲求を具体化した「願望」…132
- 実践事例——トラブルメーカーだった太郎君のケース…134
- 選択理論心理学の実践のポイント…136
- クオリティ・スクール…139

付章 クラスの状態をアセスメントするQ-Uを活用しよう

- Q-Uとは何か…144
- Q-Uの使い方…146
- Q-Uの使い方の流れ…150

資料 更なる学びへの招待…153

おわりに…156