

はじめに



こんな本が、本当にあったらいいな！

「解決志向ブリーフセラピー」と「問題の外在化」の発想や技法は、子どもたちや学校のもつ力を引き出し、一人ひとりを尊重し肯定しながら、その強みに焦点を当て、望んでいる解決や未来の姿を実現させる「生きた道具」です。教育相談や学級経営、教職員研修会、スクールカウンセリング活動、保護者対応……。学校のあらゆる場面に活かすことのできる、使い勝手のよい、学校現場に欠かすことのできない、学校を元気にするメソッドです。多くの教職員やカウンセラーの方々が長年にわたり実践されてきましたが、さらに一人でも多くの方々に、手軽に実践してもらいたい。その思いはますます強くなっています。

「解決志向ブリーフセラピー」や「問題の外在化」の発想や技法が、さらに使いやすく、学校場面に合ったワークシートになっていたら、どんなにいいだろう？

実際に、担任として、養護教諭として、指導主事として、スクールカウンセラーとして、私自身も含め自分の実践場面で開発し利用しているワークシートを、お互いに共有できたら、どんなにいいだろう？

薄くて邪魔にならず、持ち運びに便利で、そのうえCD-ROMの中にワークシートのデータが入っていて、自校の状況に合わせてちょこっとアレンジできるような本があったら、どんなにいいだろう？

これらの思いは、今回の執筆者の先生方や、ほんの森出版の編集者の小林さんの思いと重なり、それが“良循環”し、本書が生まれたのです。

本書は2部構成になっています。Part 1は、「1時間で理解するブリーフセラピーの基礎・基本」です。ブリーフセラピーの発想やスタンスを知っていただいたうえで、それを具現化するための技法を理解していただければと、心を込めて書かせていただきました。

Part 2は、「やってみよう！ ワークシートでブリーフセラピー」です。各先生方が開発してきたワークシートやカードなどを解説とともにご紹介します。本書の紙数は限られていますので、CD-ROMのほうに記入例や応用編のワークシートなどが入っています。ワークシートはアレンジしていただいて結構ですし、とにかく、使ってみてください。

手前味噌ですが、こんな本がずっと欲しかった！

2012年5月

編著者 黒沢幸子