

医療職限定 使えるカウンセリング講座(大阪1期、2017年7月開講) カリキュラム及び講師

期	日付	会場	講師	講	内容
前期	7月23日 (日)	イージェイ ネット 事務局	小松	1	カウンセラーとしての倫理・基本的な姿勢 カウンセリングとは何か?カウンセラーの基本的姿勢、TA(交流分析)の哲学。 悩みを抱える職員(以下、職員)と向き合う時の姿勢、人間主義の立場における私たち人の捉え方について学びます。
				2	自我状態(心の状態の構造と機能) 心の状態を理論で知り、職員への適切な対応・自身の心の状態への把握、望ましい状態について学びます。
				3	心の栄養、ストローク 私たちが健康に生きていくためには、体の栄養だけでなく心の栄養も必要です。 職員と自身への「心の栄養(ストローク)」の渡し方、受け取り方などを学び検討します。
				4	感情処理の理論(にせものの感情と解決感情) 気分の落ち込み、イライラ、不安、恐怖、罪悪感など気持ちが悪く感じられない状態の感情のからくりの理論を学びます。
	8月11日 (祝金)			5	感情処理の実際 不快感情の消化方法の実際(カウンセリング的アプローチ)について学び、 他者への支援方法(感情処理のワークの進め方)について理解を深めます。
				6	心理ゲーム 心理ゲーム、こじれる人間関係(クレーム・暴力・暴言・挑発・いじけ・他責)のからくりと対処法について学びます。
				7	性格形成に影響を与えるもの(幼児期の決断)① 他者と自身の物事への反応の仕方(感じ方、考え方、行動)のからくりについて学びます。
				8	性格形成に影響を与えるもの(幼児期の決断)② 他者と自身の物事への反応の仕方(感じ方、考え方、行動)のからくりについて学びます。
中期	9月3日 (日)	イージェイ ネット 事務局	小松	9	性格形成に影響を与えるもの(幼児期の決断)③④ 他者と自身の物事への反応の仕方(感じ方、考え方、行動)のからくりについて学びます。
				10	性格形成に影響を与えるもの(幼児期の決断)⑤・ドライバー 他者と自身の物事への反応の仕方(感じ方、考え方、行動)のからくりについて学びます。
				11	人生のシナリオ 人が幼いころに描くと言われている人生のシナリオ(脚本)のしくみを知り、他者と自身の人格形成について学びます。
				12	パーソナリティ障害 主なPDの特徴と問題、PDの患者との間で起きる問題と関係の取り方、構造の重要性について学びます。
	10月9日 (祝月)			13	会話による感情処理 職員との会話の中で職員の不快感情を処理することを目指した交流を学びます。
				14	感情処理を活用したセルフケア 医療人にとって自身のセルフケアは必要不可欠。感情処理を自身のセルフケアに活用し、ストレスにならない 仕事の仕方を学び、また失敗が許されない局面での緊張の緩和についても検討します。
				15	契約の取り方 カウンセリングのゴール(契約)の設定の仕方を知り、職員との面談時の活用について検討します。
				16	訣別のカウンセリング 大切な人(ペット)・役割等を失った時の反応や回復の方法を知り、他者と自身へのケアや予防に活かします。
後期	11月12日 (日)	イージェイ ネット 事務局	小松	17	カウンセリングの進め方 カウンセリング(相談)の基本技法 (初回面談の基本的技法 杉田峰康先生DVD)
				18	受容と共感 職員の心に寄り添い受容・共感するために演習も交えて学びます。
				19	問題解決をすすめる対決の技法(問題行動のある人への対処法) カウンセリングを効果的に進めるために欠かせない技法のひとつ「対決」の理論と方法を学び、他者との生産的な会話を目指します。
				20	ファンタジーワーク・セルフリアレンジング 空想を使ったカウンセリング、自分で自分を育てなおす技法、自身でストレスを軽減する方法を学びます。
	12月3日 (日)			21	人格適応論①(自分のタイプを知る) 自分のタイプを知り、他者との違いを知ることで、自分と他者への受容を目指します。
				22	人格適応論②(心理的欲求とストレスへの対処法) 各タイプの心理的欲求やストレス時について学び、(心理的欲求を満たすこと=ストレス対処)を目指します。
				23	人格適応論③(タイプ別効果的なコミュニケーションの取り方) 各タイプのコミュニケーションスタイルとモードを知り他者との効果的な交流を目指します。
				24	自律 カウンセリングのゴール、目指す姿について「自律」という概念をもとに学び、他者と自身の幸せについて検討します。 まとめ

●テキスト編集協力 NPO法人イージェイネット内 医療人メンタルサポートチーム
テキスト監修 杉田峰康(日本交流分析学会名誉理事長)

●講座監修:倉成宣佳 博士(学術) 臨床心理士

長崎大学医学部保健学科客員研究員 (株)メンタルサポート研究所代表

精神科クリニックで感情にアプローチした交流分析を使って心の病の患者にカウンセリングを行う傍ら、カウンセリングの研究、カウンセラーの育成を行う。

主宰する(株)メンタルサポート研究所グループでは、約100人のカウンセラーでカウンセリングを行っている。

専門分野は、臨床心理学、心理療法

主な著書に「いじめで受けた心の傷とその対処法—その時大人はどうするのか—」チーム医療、「交流分析にもとづくカウンセリング」ミネルヴァ書房、

「あなたの身近な人が“新型うつ”かなと思ったとき読む本」すばる舎、「震災の心の傷みを癒す方法」大和出版、「うつにならない言葉の使い方」ダイヤモンド社

●講座講師:小松千恵 株式会社メンタルサポート研究所 認定講師 心理カウンセラー

一般社団法人メンタルヘルス協会 上級心理カウンセラー

大阪・福岡でメンタルヘルス不調を訴えるビジネスパーソンの個人カウンセリングに数多く対応し、心と身体の病の予防、復職のサポートに携わる。

企業研修及び有志の勉強会まで幅広く心の病予防のためのセルフケア普及に務め、カウンセラーの育成にも積極的に取り組んでいる。