

心理カウンセリング力(りょく)養成基礎講座 カリキュラム

開催時間: 19時~20時30分/全20コマ(1コマ90分)

※日程は決まり次第お知らせします

日程	内 容
2023年 8月20日(日)	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、個人データの取り扱いや守秘義務の大切さ、TA(交流分析)の哲学について学びます。
2023年 9月3日(日)	2. 心の状態と仕組み(自我状態) 自我状態(心の状態)を理論で学び、人の心の状態の見分け方や対応の仕方などを学びます。
2023年 9月24日(日)	3. 心の栄養になるもの(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。ここではその「心の栄養(ストローク)」の重要性、受け取り方などを学びます。
2023年 10月15日(日)	4. 不快な感情の成りたち いつもいつも感じている不快な感情。もしかしたらそれはにせものの感情かも知れません。本物の感情に気づき消化していくことでストレスを軽減させていく方法を学びます。
2023年 10月29日(日)	5. 感情処理法 感情の消化方法の実際について学びます。
2023年 11月26日(日)	6. 不快なやりとりの仕組み 日常生活のなかで度々行われるなんとなく嫌なやりとりを心理ゲームと言います。ここではその心理ゲームのしくみを知り対処法を学びます。
2023年 12月17日(日)	7. 性格を形づくるもの(幼少期の決断) ①幼児期の決断(禁止令)の見つけ方・カウンセリングの方法を学びます。
	8. 性格を形づくるもの(幼少期の決断) ②幼児期の決断(禁止令)の見つけ方・カウンセリングの方法を学びます。
	9. 性格を形づくるもの(幼少期の決断) ③幼児期の決断(禁止令)の見つけ方・カウンセリングの方法を学びます。
	10. 性格を形づくるもの(幼少期の決断) ④幼児期の決断(禁止令)の見つけ方・カウンセリングの方法を学びます。
	11. 性格を形づくるもの(幼少期の決断) ⑤ドライバー・幼児期の決断(禁止令)の見つけ方・カウンセリングの方法を学びます。
	12. 人生のシナリオの成りたち 私たちが幼いころに描くと言われている自分の人生のシナリオ(脚本)をしくみを学びます。
	13. インナーチェンジングセラピーの進め方 カウンセリングの理論とカウンセリングの進め方を学ぶ、実践的な内容です。
	14. 問題解決をすすめるやりとりの技法(対決) 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ます。
	15. 喪失体験からの回復(訣別) 大切な人(ペット)等、お別れのカウンセリングの進め方を学びます。
	16. 恐怖症の解決 虫恐怖症、高所恐怖症、等のさまざまな恐怖症のカウンセリングの進め方を学びます。
	17. 契約の取り方 カウンセリング終了後のクライアントの状態について明確にするための契約の取り方を学びます。
	18. 自己再養育と空想を活用した問題解決 空想を使ったカウンセリング、自身でストレスを軽減する方法を学びます。
	19. カウンセリングでの聴き方・質問の仕方 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)
	20. カウンセリングのゴール 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お話しします。 まとめ

カリキュラム、スケジュール、講座内容に関するお問い合わせは下記メールアドレスまで

cocorotoiro2023@gmail.com