

公益財団法人 関西カウンセリングセンター

理事長 古今堂 靖

公益財団法人関西カウンセリングセンター 概要

所在地 大阪市北区西天満2-6-8

昭和40年 設立

昭和46年 大阪府教育委員会より財団法人認可

平成26年 内閣府より公益財団法人認可

公益財団法人関西カウンセリングセンター 目的

目的 臨床心理学/心理カウンセリングの普及啓発

事業 心理カウンセラー/キャリアコンサルタントの養成

修了生 3万人超

カウンセラー資格認定者数 3000人超

国家資格キャリアコンサルタント養成者数1000人超

公益財団法人関西カウンセリングセンター 委託事業

おおさか精神科救急ダイヤル(大阪府、大阪市、堺市から受託)

こころの健康相談統一ダイヤル(大阪府から受託)

大阪府警察本部 犯罪被害者カウンセリング

高槻市男女共同参画センター女性相談

神戸市男女共同参画センター女性のための相談室

公益財団法人関西カウンセリングセンター 実績

長野県 LINEを利用したいじめ・自殺相談
『ひとりで悩まないで@長野』

大津市 LINEを利用したいじめ防止対策事業
『おおつっこ相談LINE』

LINE株式会社、トランスコスモス株式会社のご協力

カウンセラーによる実際の相談実務を担当

ライン相談の実際

公益財団法人 関西カウンセリングセンター

専任講師・臨床心理士 宮田 智基

じさつしたいです。どうしたらいいですか？

まいにち泣いています。

友達ができたら死ぬのはやめます。

高校生女子

どうやったら友達ができますか？ 教えてちょ。

友達が欲しいんですね。
あなたの場合、友達を作ろうとして、どんなことで一番困りますか？

相談開始 1時間15分後

じさつは迷惑かかるし、
やめる。

ぐろいし。

境界性人格障害について相談
したいです。

ときどきリスカしてしまうん
です。

高校生女子

相談開始 3時間45分後

ここで話ししてみてもうどうでしたか？

少しスッキリしました。
一人で抱えてたものが少し
軽くなりました。本当に
ありがとうございました。

ライン相談を実施して、わかったこと

- ライン相談による心理援助は可能！
- ライン相談へのニーズは、かなり高い。
- 電話や対面での相談機関に繋げるのは思いのほか難しかった。

ライン相談を実施して、わかったこと

- ライン相談では、従来の「受動的傾聴」では、うまくいかない。
- 「感情の反射」などの傾聴技法は、相手をかえって苛立たせることもある。

「受動的傾聴」だけではうまくいかない理由

- うなずきや表情などの非言語的応答によって、相談者の感情表現を促すことができない。
- 交互の経時的コミュニケーションであり、応答にはタイムラグが生じる。

ライン相談に適した相談技術

- ライン相談では「積極的関与」が必要である。
 - ① 共感的で支持的なメッセージをはっきり言葉で伝える
 - ② 「感情の反射」よりも対話をリードする「質問」が有用
 - ③ 相談者のテンポと文章量に波長を合わせる

まとめ

- ライン相談においても、「受容・共感」といったカウンセラーの基本姿勢を身につけていることが大前提である。
- その上で、ライン相談に適した相談技術の研修が必要である。
- ライン相談の研修では、ライン特性の理解・ライン相談に適した相談技術・ライン相談の実施手順について学び、またライン相談でのロールプレイを繰り返し行うことが望まれる。

今回の相談実施から得た知見

50年のカウンセラー養成のノウハウ

平成30年2月よりSNS相談員養成講座を開講
