

教育相談に生かす面接技法

K A Z U

まずは演習から

演習1;「面接のロールプレイ」

テーマ:「最近、困っていること、悩んでいること」(交代で5分ずつ)

*いつもの自分のスタイルで、応対してください。

面接の大前提

- ・相談者(子ども、保護者)は、よい変化に必要な「能力」を持っている。
- ・よい変化の方向は、相談者自身が知っている。
- ・この前提に立てば、面接は「ヘルプ」ではなく、「サポート」ということ。

【トピック;ヘルプとサポート】

- ・飢えている人に、魚を釣ってあげるのは「ヘルプ」、釣り方を教えるのは「サポート」。相手に代わって手助けするのを「ヘルプ」、相手の自立を促す援助を「サポート」。
- ・相手に能力がないか、あるかという前提の違いにより、ヘルプとサポートが分かれる。
- ・ヘルプする人はずっとヘルプし続け、ヘルプされる人はずっとヘルプされ続ける。「共依存」の関係が生まれる。
- ・親は子どもの能力を信じ、「木の上に立ち、子どもの様子を見る」。子の独り立ちを願うからである。

【トピック;助言、説教してしまう管理職】

- ・相談に来た教諭の話の聞いているうちに、次第に、「こうしたらどうか」と助言や説教をしてしまう管理職。心の中では、教諭の「能力」を信頼していない。

【トピック;面接における助言】

- ・助言は効を奏することもあるだろうが、多くの場合、マイナスに作用する。うまくいっても、「先生のおかげで問題が解決されました」となる(いつまでも独り立ちできない)し、うまくいかないと、「先生の言ったとおりにやったのに」と信頼を失う。
- ・面接を登山に例えてみる。悩んでいる人の荷物を背負って、面接者が頂上に登っても何ら解決にはならない。面接者は荷物を積み直してあげたり、ちょっと手を引いたり、そばについて登ったりはするが、最終的に、荷物を背負い、頂上を踏みしめるのは相談者自身である。

1. 面接時の第一声

- ・「褒める、ねぎらう」

- | | |
|-------------|------------------------------|
| ・嫌々タイプ | 「忙しいところ、よく来てくれましたね」 |
| ・不平不満タイプ | 「いろいろ大変なのに、これまでよくがんばってきましたね」 |
| ・積極的解決志向タイプ | 「今まで、 などやってこられたのですね」 |

2. 面接の進行

演習2；「面接のロールプレイ」

テーマ：「最近、困っていること、悩んでいること」(交代で5分ずつ)

- * 「バウンド・ヒット」の考え方(「コーチングの技術」PP12-14)を説明後、演習1と同じテーマで再トライ!! 次の「魔法の言葉」を受けてやってみましょう。
 - 「ボールをよく見て」ではなく 「バウンド・ヒット」
 - 「話をしっかり聞いてください」ではなく

(1)合わせる～ラポールづくりのために

- ・ミラーリング～視線、動作、表情
- ・ペーシング(ジョイニング、マッチング)～話し方(テンポ、声の大きさ、言葉づかい)

(2)受容する～相談者に寄り添うために

- ・自分の「価値観のフィルター」を通さず、聴く(傾聴)。「頷くだけで、出る勇気」

- | | |
|----------------------|---------------------|
| ・ BUTではラポールはできない | 「～でもね～」 |
| ・ YES・ BUTもラポールはできない | 「そうだね。でもさ～」 |
| ・ YES・ ANDならラポールはできる | 「そうだね。こういうのはどうかな。～」 |

(3)繰り返す～気づきを促すために

- ・ 語尾、文章、要点等を繰り返す。「枝葉を落として、幹の部分を繰り返す」
- ・ 面接者は、相談者の「鏡」になるイメージ。相談者の発した言葉を、ペーシングを活用して、相談者に返るようにする。相談者は自分の発した言葉が自分に返り、自分自身との対話が始まると、変化が起こる(参考；フォーカシング)。
- ・ 「私はダメなんですよ」、「あなたはダメな人なのですね」等、相談者の否定的な言葉は繰り返さない。

(4)質問する～情報収集・気づきの促進のために

- ・ 「閉じた質問」、「開いた質問」
- ・ 「ゴールセッティング」；どうなればいいですか？
- ・ 「リソース探し」； さんのいいところは何ですか？
- ・ 「スケーリング・クエスチョン」；今の状態は10点満点の何点ですか？ 1点上がるとしたら何が違っていますか？(ゴールセッティング)
- ・ 「ミラクル・クエスチョン」、「タイムマシン・クエスチョン」；もし、明日の朝、目が覚めたら奇跡が起きていて……？、もしタイムマシンがあったら……？(ゴールセッティング)

- ・「サバイバル・クエスチョン」; どうやってこれまで生き延びてきたのですか? (リソース探し)
- ・「例外探し」; うまくやれていることは何ですか? (リソース探し)

(5) 明確化する～気づきを促すために

- ・相談者が言葉にしていなが、潜在的に気付いていることを面接者が言葉にしてやること。例えば、「僕は死にたい」と言ってきた相談者の潜在意識には「生きたい」という気持ちが隠されている場合がある。そういうときには「生きる意味さえ見つければ生きたい、と言っているように聞こえるけど?」と言ってやると、気づきが生まれる。
- ・相手の気持ちを察して返すということ。

(6) 支持する～気づきを促すために

- ・「ご家族が原因ではありません」(参考; 黒沢幸子先生の面接ステップ)
- ・「よくぞ言ってくれた」という言葉かけを(「よくも言ってくれたな」ではなく)

3. 具体的な行動指針の提示

- ・必要に応じて課題を出す。(参考; 黒沢幸子先生の面接ステップ)
- 「すでにうまくいっていることをたくさん見つけてきてください」などの観察課題など。
- ・うまくいっていることが見つかったら.....

- ・もしうまくいっているなら、それを変えるな
- ・もし一度うまくいったのなら、またそれをせよ
- ・もしうまくいかないのであれば、なにか違うことをせよ

演習3; 「面接のロールプレイ」

講義の中から特に「お気に入り(使ってみたい)」の技法を3つ選んでください。

テーマ: 「最近、困っていること、悩んでいること」(交代で10分ずつ)

* 特に、上記の3つの技法を使いながら、対応してください。

< 参考・引用文献 >

- ・カウンセリングの技法、國分康孝、誠信書房、1979
- ・先生のためのやさしいブリーフセラピー、森俊夫、2000
- ・スクール・カウンセリング・ワークブック、黒沢幸子、金子書房、2002
- ・コーチングの技術、菅原裕子、講談社、2003