

教育相談の実際

○ 解決志向アプローチの考え方

問題志向 ↔ 解決志向

原因を特定し、それを取り除いたり、変化させようとする。

心の問題で原因を特定するのは困難であり、取り除くことも難しい。



「解決」について知る方が問題と原因を把握することよりも有用である。



○ 解決志向アプローチの考え方

解決志向アプローチとは

解決志向アプローチは、問題にではなく、**可能性のあるところ、少しでも変わりうるところに焦点を当てる**ことを重視します。

人々や児童生徒のもつ**リソース（資源）**や**強み**を見出し、本人が望んでいる未来について話し合い、本人が内外にもっているものを利用して、その未来を実現できるように支援します。

効果的、効率的であり、その結果、短期に解決や成果が得られる援助実践の方法です。

解決のための3つの「役立つもの」 (必要十分条件)

- 「問題や原因に焦点を当てない（全く扱わないわけではない）」、「そもそも問題から出発しない」という発想に基づいたやり方
- 人々が「解決（よりよい未来）」を手に入れることに**役立つもの**だけに焦点を当てる方法



①「リソース（資源・資質）」

②「解決像（よりよい未来像）」

③「アクション（何かすること）」

解決志向アプローチの主な流れ

① 「リソース」の確認

- ・ 相談者がすでにもっているものについて
- ・ 相談者の問題について

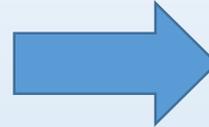
② 「解決像（よりよい未来像）」

- ・ 相談者にとって望ましい解決像・未来像とは
（相談者が決める）

③ 「アクション（何かすること）」

- ・ 機能する目標づくり（相談者が決める）
- ・ 成功体験を得ること

コンプリメント（ほめる）



肯定的に評価



「内外にもっているリソースをフィードバックすること」

- 小さくほめる
- 事実を指摘する
- リソースを互いに確認し合う → 成功の責任追及
- 驚く

○ 活用したい手法

① コーピング・クエスチョン

相談者を取り巻く環境が厳しく、ポジティブな面を引き出すのが困難だと感じたときに行う質問

② スケーリング・クエスチョン

差異を見つけていく質問で、抽象的な話を具体的な話にもっていくことができる

③ ミラクル・クエスチョン

解決像をできるだけ具体的にするための質問