

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

カウンセリングでお客様の悩みや問題を解決に導くためのお手伝いをするためには

なるべく高い精度で問題の根本を見つける

ことが大切です。

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

たとえばですが・・・
こんなお悩みがあったとします。

「虫歯が痛いんです。夜も眠れません」

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

「虫歯が痛いんです。夜も眠れません」

問題の根本が分かっている場合と
分かっていない場合で
対応にどういう違いがでるかを見てみましょう。

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

問題の根本が分かっている場合

→→→ 「虫歯が治ると痛みはなくなりますよ」

問題の根本が分かっていない場合

→→→ 「痛み止めを飲めば痛みはなくなりますよ」

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

「虫歯が治ると痛みはなくなりますよ」

「痛み止めを飲めば痛みはなくなりますよ」

どちらが「ほんとうの意味での解決」でしょう？

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

「虫歯が治ると痛みはなくなりますよ」

→→→虫歯が治るので、根本的な問題が解決します。

「痛み止めを飲めば痛みはなくなりますよ」

→→→虫歯は治っていないので、痛み止めの効果が切れたら、また痛くなってしまいます。

(つまり、根本的な問題は何も解決していない)

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

つまり…

「虫歯」が問題(=歯が痛い)の根本
ですよね。

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

問題の根本を見つけるためのヒント

- CLの言動、態度、口癖、思い込みなど
 - CLが訴えるお悩みの内容、からだやこころの症状
 - CLの観念、ビリーフ
 - CLの家族や人間関係におけるパターン
 - CLの周りの人が「CLはこんな人」だと言っていたエピソード
 - CLを性格診断(エゴグラム・エニアグラムなど)に当てはめると？
- ・・・など

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

問題の根本を見つけるためのヒント(その2)

- ・CLの言動、態度、口癖、思い込み
- ・CLが訴えるお悩みの内容、からだやこころの症状
- ・CLの周りの人が「CLはこんな人」だと言っていたエピソード

→そもそも、そういった症状や言動はCLの観念、ビリーフや
家族・人間関係におけるパターンが根底にある

→別の視点だと、エゴグラム・エニアグラムのパターンによる影響

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

今までにあった
ケーススタディの一部を抜粋するので、
それぞれ「問題の根本」を考えてみましょう。

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

ただし注意点

ケーススタディの文章は短文なので、
実際のカウンセリングの時に導きだす「問題の根本」と
比べると、どうしても精度が下がります。

ケーススタディ6 「CLの問題の根本は？」

むしろ、ほんとうのお客様を目の前にした
実際のカウンセリングのほうが

たくさんお客様が自分のことを話される
=それだけたくさんの「CLを知るための情報がある」

つまり「問題の根本」に気づきやすいので、
その点だけのご了承くださいね。

では、過去のケーススタディから
「問題の根本」を考えてみましょう。

練習① 人生に疲れたお客様

「実は私、最近気づいたんですけど、実はHSPなんじゃないかって。人と一緒にいるとやたら疲れるし、大きな音っていうか、そういうのは苦手だし、なんだかなんで生きてるんだろう、人生に疲れたなあって最近思うようになって・・・」

練習① 人生に疲れたお客様

「実は私、最近気づいたんですけど、実はHSP
なんじゃないかって。人と一緒にいるとやたら
疲れるし、大きな音ってというか、そういうのは苦手
だし、なんだかなんで生きてるんだろう、人生に
疲れたなあって最近思うようになって・・・」

<問題の根本を見つけるためのヒント・・・赤字の部分>

練習① 人生に疲れたお客様

「実は私、最近気づいたんですけど、実はHSP
なんじゃないかって。人と一緒にいるとやたら
疲れるし、大きな音っていうか、そういうのは苦手
だし、なんだかなんで生きてるんだろう、人生に
疲れたなあって最近思うようになって・・・」

<問題の根本を見つけるためのヒント・・・赤字の部分>

<問題の根本>

HSP気質ゆえに人間関係や人生が生きづらい

練習② 本当マジ最悪な目に遭ったお客様

「昨日、またあの毒親がいじめたんですよ！ありえないと思いませんか！？おかげ様で昨日は悔しくて一睡もできなかったし仕事は遅刻するし信号無視しそうになるし本当マジ最悪～！！」

練習② 本当マジ最悪な目に遭ったお客様

「昨日、またあの毒親がいじめたんですよ！ありえないと思いませんか！？おかげ様で昨日は悔しくて一睡もできなかったし仕事は遅刻するし信号無視しそうになるし本当マジ最悪～！！」

<問題の根本を見つけるためのヒント・・・赤字の部分>

練習② 本当マジ最悪な目に遭ったお客様

「昨日、**またあの毒親がいじめた**んですよ！ありえないと思いませんか！？**おかげ様で昨日は悔しくて一睡もできなかったし仕事は遅刻するし信号無視しそうになるし本当マジ最悪～！！**」

<問題の根本を見つけるためのヒント・・・赤字の部分>

<問題の根本>

毒親からのいじめで体に不調や仕事に悪影響が出ている

練習③ 字の草刈りに参加できなかったお客様

またやらかしてしまっって…。先生、聞いてもらえます？今日は字で草刈りがあったんですよ。いつもの時間で大丈夫～って思ってたんですけどね、でもやっぱりちょっと早めに顔出しておかないと気まずいじゃないですか、でもそしたらですね、先生、信じられます？今月だけは30分早く集合だったんですよって！「え、おたく聞いてなかったの？」って言われたんですよ～。

練習③ 字の草刈りに参加できなかったお客様

またやらかしてしまっって…。先生、聞いてもらえます？今日は字で草刈りがあったんですよ。いつもの時間で大丈夫～って思ってたんですけどね、でもやっぱりちょっと早めに顔出しておかないと気まずいじゃないですか、でもそしたらですね、先生、信じられます？今月だけは30分早く集合だったんですよって！「え、おたく聞いてなかったの？」って言われたんですよ～。

<問題の根本を見つけるためのヒント…赤字の部分>

練習③ 字の草刈りに参加できなかったお客様

またやらかしてしまっって…。先生、聞いてもらえます？今日は字で草刈りがあったんですよ。いつもの時間で大丈夫～って思ってたんですけどね、でもやっぱりちょっと早めに顔出しておかないと気まずいじゃないですか、でもそしたらですね、先生、信じられます？今月だけは30分早く集合だったんですよって！「え、おたく聞いてなかったの？」って言われたんですよ～。

<問題の根本を見つけるためのヒント…赤字の部分>

<問題の根本>

対人関係をうまく築けず、周囲から孤立している。

練習④ 35歳の子どもを持つお客様

35歳って言ってもね先生、あの子は私が守ってやらないと何もできない子なんですよ。だからちゃんと栄養バランス考えた弁当持たせてやらないとダメですし、フィッシング詐欺にいつ会うか分からないからメールも見てあげないとダメだし、LINEだっていつ出会い系に引っかかって・・・(以下略

練習④ 35歳の子どもを持つお客様

35歳って言ってもね先生、あの子は私が守ってやらないと何もできない子なんですよ。だからちゃんと栄養バランス考えた弁当持たせてやらないとダメですし、フィッシング詐欺にいつ会うか分からないからメールも見てあげないとダメだし、LINEだっっていつ出会い系に引っかかって・・・(以下略

<問題の根本を見つけるためのヒント・・・赤字の部分>

練習④ 35歳の子どもを持つお客様

35歳って言ってもね先生、あの子は私が守ってやらないと何もできない子なんですよ。だからちゃんと栄養バランス考えた弁当持たせてやらないとダメですし、フィッシング詐欺にいつ会うか分からないからメールも見てあげないとダメだし、LINEだっていつ出会い系に引っかかって・・・(以下略)

<問題の根本を見つけるためのヒント・・・赤字の部分>

<問題の根本>

親が子どもに過干渉になるあまり、子離れ・親離れができていない。

難しくなってきた、ついていけない感じがする……。

こういった場合は、過去のケーススタディや講座の内容をふりかえりましょう。