

失敗カウンセラーのパターン

せっかく心理カウンセラーになっても
3年以内に8割が辞めてしまうわけですが・・・

※どこそこ大学のナントカ教授が統計を取ったというエビデンスはありません。
あくまで心理業界のみなさんの「体験・体感・経験談」に基づくものです

ここで大切なことは
数字どうこうではありません。

原因が何か？そして、
どういう対策ができるのか？

ということです。

失敗カウンセラーは
どうして失敗したのか？を知り、

もし陥りそうになったとしても
早期に改善できるようにするための対策を
知り、実践しましょう！

失敗パターン① 資格だけ

(原因)

資格という肩書に依存してしまっている。
資格を取るための学びだけでお客様を癒せると誤解している。
カウンセリングの実践練習の回数が圧倒的に少ない。

(対策)

カウンセリングは「コミュニケーション」であることを忘れない。

とにかく実践練習を何回もする。

(最低でも100回は実践しないと、カウンセリングのスタイルが身につかない)

失敗パターン② 知識だけ

(原因)

あたまでっかちになってしまう。専門用語を乱発する。
カウンセリングの時、クライアントを「言い負かせて」しまう。
→クライアントの**ところは全く納得していない!**

(対策)

気持ちに寄り添うことを常に意識する。
小学生や幼稚園児が理解できるような説明をこころがける。
カウンセラー自身のコントロール願望を癒す。手放す。

失敗パターン③ 型どおりのスキル

(原因)

クライアントの個性を尊重できていない。
スキルの実践経験が足りない。

カウンセラーが自分の「正しさ」に執着している

(対策)

一人ひとり、最適の答え(癒し)が違うことを体得する。
先輩カウンセラーの「臨機応変な対応」を見て学ぶ。

スキルを使った実践経験をとにかく繰り返す！

ここから先の失敗パターンは
説明会では触れていない部分です
(ちょっと難しいですが、とても大切なことです)

失敗パターン④ ただの興味本位

(原因)

意味のある質問と意味のない質問の区別ができていない。
こころの境界線を引けていない。
カウンセラーが持っている答えにクライアントを誘導したい願望が隠れている(大抵の場合カウンセラー自身は気づいていない)

(対策)

ほんとうの意味で「クライアントに興味を持つ」
自分自身の価値観・答えは横に置いておくことを意識する。
スーパービジョンを受ける。

失敗パターン⑤ 土足で踏み込む

(原因)

クライアントを尊重できていない。境界線を引けていない。
カウンセラー自身に癒すべき問題がある。

カウンセラーが自分の「価値観」「正しさ」に執着している

(対策)

こころの境界線をしっかりと意識する。
自分自身の癒すべき課題に取り組む。

スーパービジョンを受ける。

失敗パターン⑥ クライアントに巻き込まれる

(原因)

カウンセラー自身に未解決の課題・トラウマ・感情がある。
こころの境界線を引けていない。
クライアントの課題の乗り越え方を理解できていない。

(対策)

カウンセラー自身がカウンセリングを受ける。
こころの境界線をしっかりとひく。
にんげんの発達課題と乗り越え方、感情の癒し方を理解する。

失敗パターン⑦ 一緒に迷子(答えがわからない)

(原因)

カウンセラー自身に未解決の課題・トラウマ・感情がある。
こころの境界線を引けていない。
クライアントの課題の乗り越え方を理解できていない。

(対策)

カウンセラー自身がカウンセリングを受ける。
こころの境界線をしっかりとひく。
にんげんの発達課題と乗り越え方、感情の癒し方を理解する。

失敗パターン⑧ 与えない、受け取らない

(原因)

カウンセラー自身の自己肯定感が低い。

カウンセラー自身の「頑固さ」「自立」「権威との葛藤」「ハートブレイク」「トラウマ」「コントロール」などの課題が未解決

(対策)

与える実践をどんどんする。最初は型どおりでも良い。

カウンセラー自身がカウンセリングを受ける。

スーパービジョンを受ける

失敗パターン⑨ ただのお友達になる

(原因)

カウンセラー自身に未解決の課題・トラウマ・感情がある。
こころの境界線を引けていない。

(対策)

カウンセラー自身がカウンセリングを受ける。
スーパービジョンを受ける
こころの境界線をしっかりとひく。

失敗パターン⑩ カウンセラーがクライアントになる

(原因)

カウンセラー自身に未解決の課題・トラウマ・感情がある。

(対策)

今すぐカウンセラー自身が
カウンセリングを受ける！

失敗パターン⑪ 性的関係になる

(原因)

カウンセラー自身の性的欲求が満たされていない

カウンセラー自身の性に関する課題が未解決である

(対策)

今すぐスーパービジョンを受ける！

にんげん、カンペキではないので
「あ、失敗パターンにハマっているかも？」
となることは誰にでもあります。

大切なことは
「早期発見」「早期改善」そして「予防」
なのです！

そして、自分ひとりでは、なかなか気づけない
ことが多いので

積極的に自分自身がカウンセリングを受けて未解決の
課題を解消したり、

スーパービジョンを受けて、先輩カウンセラーからの
助言をもらったりしましょう！