

大切な人と心をかよわす対話を学ぶ

第2回

リレーションシップ講座



講師 木村隆夫さん

- ・元保護観察官
- ・日本福祉大教授
- ・岐阜「非行」と向き合う親たちの会世話人
- ・「非行をのりこえる」「子どもと青年の心の援助」
著書多数

1 リ・フレーミング

2 ロールレタリング

一見否定的に見える子どもの言動を、見方を変えて見直してみる心理技法。

アクティビティを多用した解決型カウンセリングのひとつ。

どうしても否定的に見えてしまうわが子が、

限りない可能性をもっている子であることを発見しましょう！

対人関係すべてに応用できます。

(裏面参照)

日時 2017年 11月 11日 (土)

受付 13:00 開始 13:30～17:30

場所 仙台市市民活動サポートセンター

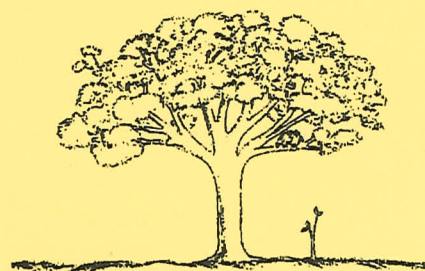
4F 研修室5 (022-212-3010)

受講料 3000円 20名限定 (要事前申し込み)

主催 リレーションシップ・みやぎ

連絡先 080-1838-7464 (星野)

090-2024-7674 (岩田)



枠組み転換法（リ・フレーミング法）とは？

子育てはいつも悩みの連続です。わが子の欠点や問題ばかり目にいたり、先々のことばかり心配して、否定的に見てしまうことが多いと思われれます。そのため、「親に信用してもらっていない」とのおもいから、親子間の断絶が始まったりします。

枠組み転換法（リ・フレーミング法）とは、一見否定的に見える子どもの言動を、見方を変えて見直してみる心理技法です。解決指向型カウンセリングの一つでもあります。

今まで、どちらかといえば否定的に見ていたわが子が、限りない可能性を持っている子どもであることを発見してみませんか。

○ 会話法レッスン

わが子との、コミュニケーションがなかなか取りにくいとの悩みをよく耳にします。親の会話法に問題はないのかを考えてみませんか。相手を否定してしまう会話、余分な一言をしてしまう会話、相手に共感する会話などを実際に体験しながら、子どもとよりよい関係を築く会話法について考えてみます。

○ 大変困ったことが起きたときの対処法（論理療法入門）

子育ての途上で、どうしてよいか分からなくなるくらい困ることが起きることがあります。そのとき、冷静になって考え直してみると、展望が開けてくることがあります。ここでは、論理療法という技法を使って、グループ討議により困難なことの、解決又は緩和策を考えてみます。

○ ロールレタリング（役割交換書簡法）体験レッスン

ロールレタリング（役割交換書簡法）とは、子どもに手紙を書き、次に自分が子どもの立場になったつもりで手紙を読み、返信するという心理療法です。活用次第では、矛盾する自分同士で会話することも可能です。この作業で子どもの心が理解できたり、矛盾した自分の気持ちが整理できる場合があります。なお、作成した手紙は投函しない（相手にわたさない）ことを前提としています。