

すべての子どもに勇気と笑顔と元気を



カウンセリング研修センター学舎ブレイブ

「すべての子どもに勇気と笑顔と元気を!」をコンセプトにブレイブは、子どもにかかわる支援者の支援方法を研究・開発するNPO法人元気プログラム作成委員会が運営しています。そこでの成果を、ブレイブの活動を通して、子どもにかかわるすべての人に伝えたいと考えています。ブレイブの活動は、保護者・本人のための「カウンセリング」、不登校児童生徒のための「適応支援」、学習が苦手な児童生徒のための「学習支援」、発達障害で悩んでいる児童生徒のための「療育」などです。子どもが「安心して社会に出られるようになるまで」支援し続けています。95%以上の子どもたちは課題を解消し、学校や新しい場で元気に過ごすようになっています。



カウンセリング研修センター学舎ブレイブ

TEL 042-207-6885

〒184-0004

東京都小金井市本町2-20-18-102

E-mail : brave@genpuro.org



カウンセリング研修センター学舎ブレイブ カウンセリング

学校生活やそのほか、日々の生活の中で不安を感じているお子さんご本人と保護者・ご家族を対象としたカウンセリングです。また、学校の先生へのコンサルテーションなども行っています。

○ブレイブのカウンセリングは完全予約制です○

●ホームページからご予約

<https://genpuro.org/>

* ホームページのフォーマットからお申し込みください。

●メールでご予約

メールアドレスはこちらです。brave@genpuro.org

●電話でご予約

TEL 042-207-6885



カウンセリング

専任カウンセラー：室長 早川恵子 都留文科大学講師

公認心理士 臨床発達心理士 カウンセリング心理士 学校心理士
ガイダンスカウンセラー

スーパーバイザー・カウンセラー：理事長 小林正幸 東京学芸大学名誉教授

公認心理士 臨床心理士 カウンセリング心理士・同スーパーバイザー
学校心理士

料金

○ブレイブで対面のカウンセリング

・非会員：60分7,000円

・会 員：60分4,000円 *お支払いは当日承ります。

○オンラインカウンセリング

・非会員：30分4,000円 60分7,000円

・会 員：30分2,000円 60分3,000円

* 会員：入会費10,000円 年会費12,000円が必要です。
カウンセリング料金の減額のほか、研修会の減額、
会員限定企画のサービスがあります。
会員は本NPO法人の活動への賛同を表すものです。

口座のご案内（お振り込みの場合）
三井住友銀行 小金井支店 普通 3945177
特定非営利活動法人元氣プログラム作成委員会



不登校の子どものための 適応支援

ステップ1

子どもが学校に行けない理由はさまざまです。ブレイブの適応支援は、その要因をカウンセリングによって明らかにし、スタッフで共有するところから始まります。

最初に、学校に自分の居場所を感じられなくなっている子どもに、安心安全な環境を提供します。子どもは、家庭にいるのと同じくらい「心地よい」場での体験を重ねます。エネルギーが枯渇した子どもが、羽根を休め、自分らしくいられる場として来室することを歓迎します。

ステップ2

次のステップとして、得意なこと、好きなこと、趣味などを中心に活動します。ひとりの時間も大切にしつつ、仲間と一緒に、過ごし方を考え、共に体験し、人とかかわる心地よさを味わうようにします。みんなで作業、ともに学ぶことの楽しさを理解し、お互いにお互いの存在を受容できるように手伝います。

学校に行けないことで「自分はダメだ」と思うことや、将来の展望を失ってしまうと自分への意識（自己概念）が悪くなります。そこで、中高生には、早い段階からキャリア支援を行います。自己分析・職業発見プログラムを活用し、自分に合った能力を生かせる将来の仕事が無数にあることを示します。これらの体験の中で「自分はこれで良い」「自分には価値がある」「人の役に立てる」のように自分への意識が変化していきます。

効果的な支援

問題が解消して終結した事例について、支援スタッフのかかわり方を分析したところ、「存在を受容すること」「子どもに肯定的にかかわること」「楽しさを共有すること」を意識し、一貫して多く行っていました。これらの関わりが問題の解消にとくに効果的なことが科学的に証明されました。

これまで、メインの支援スタッフは、不登校にさせない、また、改善する学校の先生の子どもへのかかわりを明らかにし、埼玉県、神奈川県、新潟県などで、市や学校単位で、学校の先生たちにその方法を伝え、不登校の出現を3分の1から半分程度まで減らしてきました。その関わりを、ブレイブでも生かしています。それは、おもに、以下の4つです。



◎ 不登校を生まない・不登校を改善する先生の4つのかかわり ◎

- ① 子どもが安心していられる居場所がある。
- ② 子どもの好きなこと、興味のあることでかかわる。
- ③ 子どもの得意なことで活躍の場を与える。
- ④ 子どもの不快な感情を表情から読み取りその感情を言葉で表現することを手伝える。例えば「辛いよね」「不安なのかな」「怖いと感じるんだね」「ドキドキするね」「悲しいんだね」と言葉で伝える。

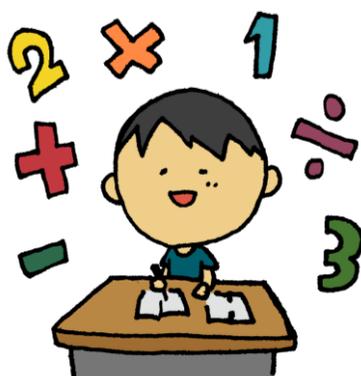
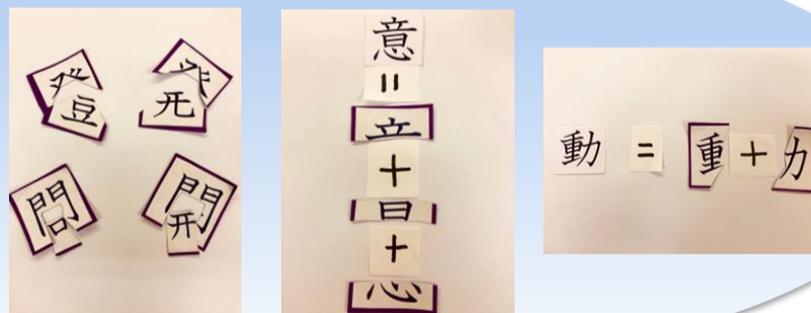
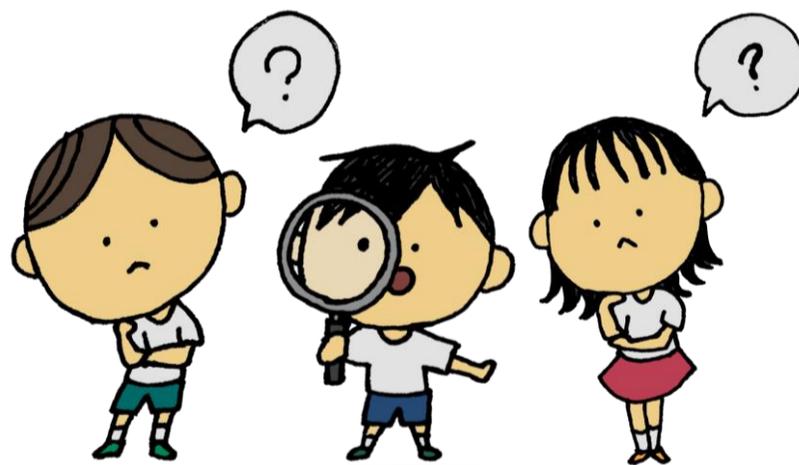
学習支援

学習が苦手な子どものための学習支援を行っています。対象は、学習に苦手さのある子どもや、学校を休んでいるうちに学習が追いつかなくなった子どもです。その多くは、「わからない」「できない」ことに傷ついています。そのため、「わからない、できない自分」を避けがちです。

そこで、最初は、子どもの「わからない・できない」に寄り添い、承認します。「わからない・できないこと、間違いは良いこと」と、それを「お宝発見」と褒め、喜びます。そこがノビシロなのですから。

そして、「わからないこと」や「間違い」「失敗」を、「これはどうしたらよいの?」と尋ねる力を伸ばすのを重視します。これは、学習だけではなく、日常生活を送る上でも、人生を生きる上でも重要になるでしょう。自ら手助けを求めて、これらを乗り越え、理解が深まれば、「次もやりたい」「新しいことにチャレンジしたい」と探求心や好奇心が育ちます。

また、学習内容は学年を遡って始めることも少なくはありません。そのため、学年にはとらわれずに学べるように教材の工夫もしています。



就労・進学 進路支援

高校等卒業後、大学受験したいが予備校に通えない、仕事に就けない、職場に行けなくなった、ひきこもっているなど、青年期の方を対象に、学習支援、就労支援を行っています。

ステップ1 自己理解

最初は、進路選択、仕事をする意義などを理解し、自分を見つめ直すことから支援します。そのために、適職検査を行い、それを踏まえて親子と共に目標を立てます。通信制高校や大学を卒業しても、ブレイブにすら毎日通えない場合もあります。そのときは、カウンセリングを通して、通室を支援します。

ステップ2 社会性の育成（就労）

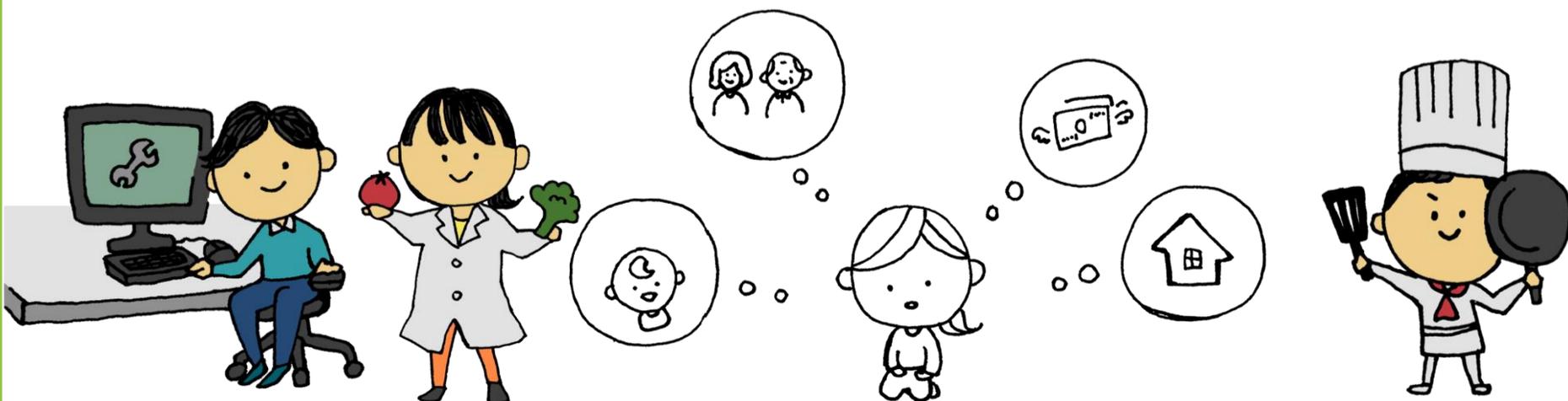
ブレイブで過ごすことが安定したら、「他者から必要とされている感覚」「課題解決力」を身に付けるように支援します。また、就労を目指して、パウンドケーキを作り販売するなどの「職業体験」や、自分に合うアルバイト探し、履歴書を書くこと、就職面接練習などを体験します。

ステップ3 就労継続支援

就労後も継続して仕事を行えるよう支援します。仕事を続けることへの不安や、困難が生じたりしたときには、スタッフに相談することや、カウンセリングを受けるなど就労継続支援を受けられます。

● 家族支援 ●

家族の協力、支援は必要不可欠です。保護者へのカウンセリングのほか、保護者会を月一度行っています。そこでは、グループカウンセリングや情報交換ですが、カウンセラーやスーパーバイザーが同席します。



研修会

ブレイブでは、年間を通して研修会を行っています。対象は学校の先生、福祉、医療、心理の専門家、保護者、地域など子どもの教育に携わる方、大学生、大学院生です。

子どもを取り巻く様々な課題を取り上げ基礎から専門的なことを、講義とワークショップを織り交ぜて提供しています。研修担当者が学会の研修会や大学院の講義で行うレベルの内容を、参加者全員が理解し合えるように工夫しています。

次は今まで行ってきたテーマと概要です。これからもニーズに合わせた内容を検討し提供し続けます。

ソーシャルスキルトレーニング(SST)の理論と実践

- ・ソーシャルスキル(SST)の理論と基礎: どうプログラムを組み、どのようにそれを子どもに実践するのかを、体験を通して学びます。
- ・カウンセリング技法講座—カウンセリングスキルアップ: カウンセリングで用いる各種の対話の技術をSSTの方法を用いて、スキルアップします。
- ・主張訓練の理論と基礎: 自分の状況を理解し、自他ともに満足できる妥協点を見出すための「さわやかな自己表現」をどのように子どもに実践するのかを、体験を通して学びます

事例理解に関わる研修

- ・子ども理解と支援: 子どもの困ったに寄り添う<1>ワークシートを活用して
- ・子ども理解と支援: 子どもの困ったに寄り添う<2>子ども理解のためのマッピング技法と支援に活かすセブクロス法
- ・保護者と先生との連携: 新年度に役立つ保護者と先生との連携-「個別支援シート」を通して子どもの良さを知る-
- ・事例検討会・スーパービジョン: 会員限定で事例検討会を行いスキルアップを目指します。

心理療法・カウンセリングに関わる研修

- ・認知行動療法の理論と方法①: 行動療法・認知行動療法の理論と方法
- ・認知行動療法の理論と方法②: 合理情動行動療法(REBT)の理論と方法
- ・リラクゼーション研修会: ①とけあい動作法ベーシック
- ・リラクゼーション研修会: ②とけあい動作法アドバンス
- ・リラクゼーション研修会: 自律訓練法
- ・リラクゼーション研修会: 呼吸法・TFT体験

教育相談: カウンセラーが教える子どもや保護者とのかわりかた

- ・特別支援教育: 特別に支援が必要な子どもたち
- ・特別支援教育: 病弱教育まなびバ! ①-④
- ・愛着障害: 愛着障害を考える—①トラウマ反応の視点から
- ・愛着障害: 愛着障害を考える—②チームで支援すること
- ・二次障害を示す発達障害の子どもへの支援について

各種課題別研修

不登校の子どもの理解と援助

学校でしかできない不登校の未然防止と再登校援助

被災地でのこころのケア

不登校キャンプ事前研修会

発想・思考法研修—ワールドカフェ、ラウンドテーブル、シックス・ハット・シンキング

「広告小学校」指導者研修会

みどりの東北元気キャンプ

【被災地支援のみどりの東北元気キャンプからの発展】

学舎ブレイブでの不登校元気キャンプは、「みどりの東北元気キャンプ」のノウハウを活用しています。これは、東日本大震災で被災した小・中学生の心のケアを目的として、のべ800名以上が参加し、20回、6年に継続されました。

これは、地震と津波、原発事故で被災した子どものPTSD（心的外傷後ストレス障害）の未然防止を目指して始めました。野外教育活動を通じた心のケアプログラムを開発し、計画・実施・普及させてきたのです。同時に、これらの活動を支援できる専門性をもった支援者の育成のために、事前研修、講演会を数多く催しました。これが、ブレイブの「不登校元気キャンプ」や「研修会」などの活動に継承されています。

【元気キャンプで大切にしていること】

元気キャンプには合言葉があります。

「ちょっとまって すぐ手を出すな 口出すな よく見 よく聴き よく考えよう」（写真1）

これは、子どもにかかわるときにスタッフが心がける姿勢を示すものです。キャンプでは、複数の活動を同時に用意し、選択させます。そのときには、スタッフは口を出しません。子どもを陰で支え、「自分で克服した！」と子どもが感じるように、大人は黒子に徹することを述べています。

写真2は、スタッフが黒子に徹する具体的な姿を表す場面です。これを「3センチのがまん」と呼んでいます。激しい流れの川を上るとき、子どもの後ろのスタッフの手は、子どもの身体からわずかに離して構えています。この距離が3センチです。子どもが足を滑らせたときに備え、身体を支える位置を保ちます。万一の場合でも、身体を受け止めるだけです。子どもを押し上げず、子どもが体制を整え、1歩を踏み出すのを待ちます。手伝い過ぎず、自分の力で困難を切り抜けることを目指す技量が支援者には必要です。

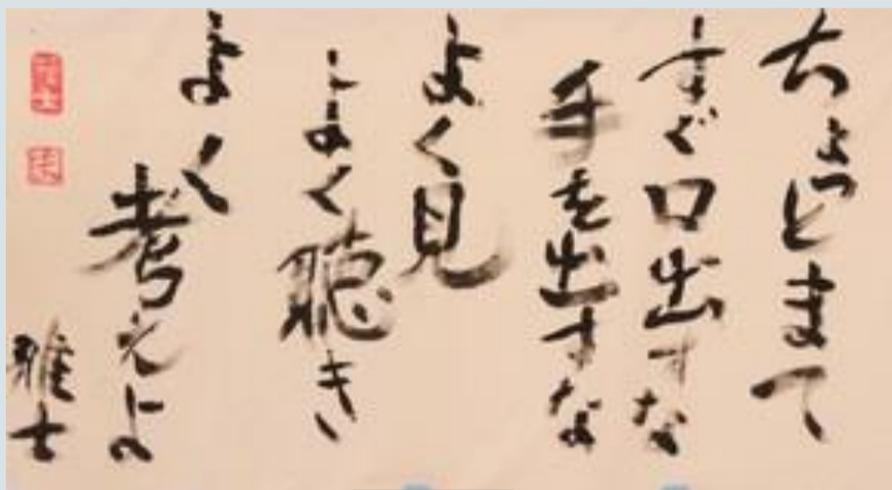


写真1



写真2

