

第32回 書籍の紹介・・・「カウンセリング」を最初から勉強する

本メルマガでも、カウンセリング関係の書籍をいくつかご紹介してきましたが、それは必ずしもカウンセリングを事業所で実施しようという趣旨ではございません。

カウンセリングの基本中の基本である「傾聴」の態度や技法が、事業所のコミュニケーションを活性化したり、皆様一人ひとりの支援スキルを向上させたりする有効なツールになり、結果として“工賃向上”といった課題の解決に資すると考えるからです。

今回紹介します『カウンセリングとは何か』（平木典子著、朝日新聞社）は、カウンセリングの第一人者による古典的名著で、この分野では教科書的存在です。

カウンセラーに限らず全ての対人援助の仕事にとって基本となる、「聴く」「共感する」「尋ねる」といったコミュニケーションのあり方を、カウンセリング・プロセスの説明を通して具体的に学べます。

どちらかと言えば一般向けに書かれた教養書ですが、この分野を本格的に勉強してみたい方の最初の1冊としても好適です。

なお、この本と併せて読むことが想定されている書として、同じ著者による『[新版]カウンセリングの話』（朝日新聞社）があります。