



カウンセラー養成講座の業界スタンダード

日本プロカウンセリング協会の 養成講座でたのしく学び 心理カウンセラーを目指す

年々高まるカウンセリングへのニーズ

「私は悩んでないから、カウンセリングは必要ない」という人がいます。これは心理カウンセリングを誤解しています。カウンセラーは心身症やうつ病などのケースも扱いますが、相談事の多くは夫婦や親子関係、あるいは仕事上での人間関係の悩みです。つまり「人生をどう生きたいか」「どんな人間になりたいのか」等、人に関する全ての問題を、カウンセラーは扱います。

特に近年は社会の変化が激しく、心に悩みを持つ人も少なくありません。誰もが人生や進路について自問する機会が増えている今の社会は、これまでで一番、心理学やカウンセリングが求められている時代と言えるかもしれません。



カウンセリングの技術は、 あらゆる仕事に活かれます

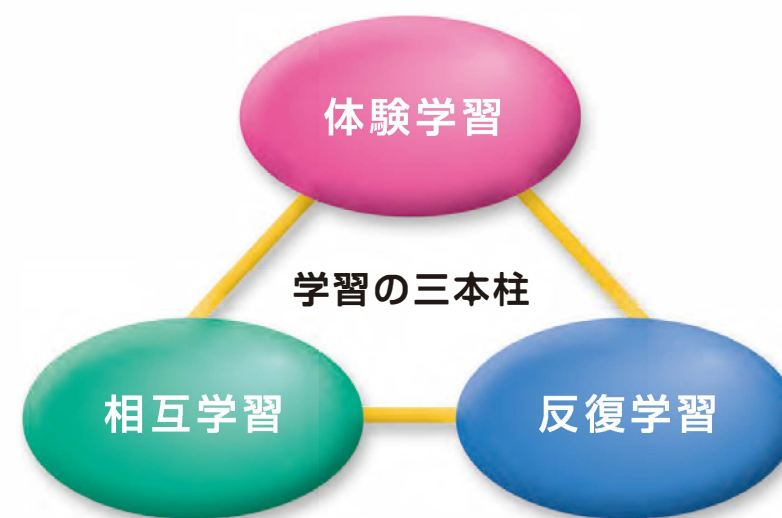
カウンセリング技術はカウンセラーとしてだけ、そのスキルを活かせるわけではありません。むしろ、普段の生活に関わるあらゆる職種の仕事で、カウンセリング技術が役立ちます。

それは、人と関わらない仕事がないことから明らかです。日本プロカウンセリング協会では、カウンセリングが活かせる全ての仕事を「心理職」と位置づけ、受講生のキャリアアップを支援する、アドバイスや進路サポートを行っています。

業界スタンダードと呼ばれる、 日本プロカウンセリング協会の講座

日本プロカウンセリング協会の心理カウンセラー養成講座は、欧米型の最新セミナーシステムを採用しています。それは「教え」中心ではなく、「育て」を目的に受講生自らが学べるよう、成長を支援していく講座です。

長い協会の歴史は多くのスクールや民間のカウンセリング業界に影響を与えてきました。心理カウンセラー養成講座は今や業界のデファクトスタンダードと呼ばれており、心理カウンセラーを目指す受講生に必須の理論学習や揺るぎない技術習得が、無理なく身につく大人気プログラムです。



体験、相互、反復の三位一体学習

協会の心理カウンセラー養成講座やセミナーで重視しているのが「体験学習」「相互学習」「反復学習」の「三位一体学習」です。

これは、知識を頭で理解するだけでなく、講師と受講生が一体となり、体験を通してお互いがカウンセリング技術を習得することが重要だとする考えです。

協会の養成講座は少人数制クラスを採用。グループ化された受講環境の中で講師と受講生との距離が近く保たれ、楽しく体験しながらカウンセラーに必要な理論やテクニックを学んでいきます。

また、再受講制度も充実しており、繰り返しの学びから技術のレベルアップも図れます。



反復学習を支える再受講制度

協会の養成講座には再受講制度を導入していますので、受講を修了した後も学びを深めたい技法や理論を希望のクラスで再度受講できます。また、欠席した場合のクラス振替受講や社団法人会員は再受講費が無料になる制度等、サポート体制も充実しています。

協会の45年の実績と、50,000名の講座修了生

日本プロカウンセリング協会の養成講座を受講修了した卒業生は、過去45年間に5,0000名以上。この間、協会の方針である「自分自身を見つめ直して、自分を変える体験をする」との考えの下、優秀なカウンセラーの養成を続けてきました。こうして今日も多く



Counseling

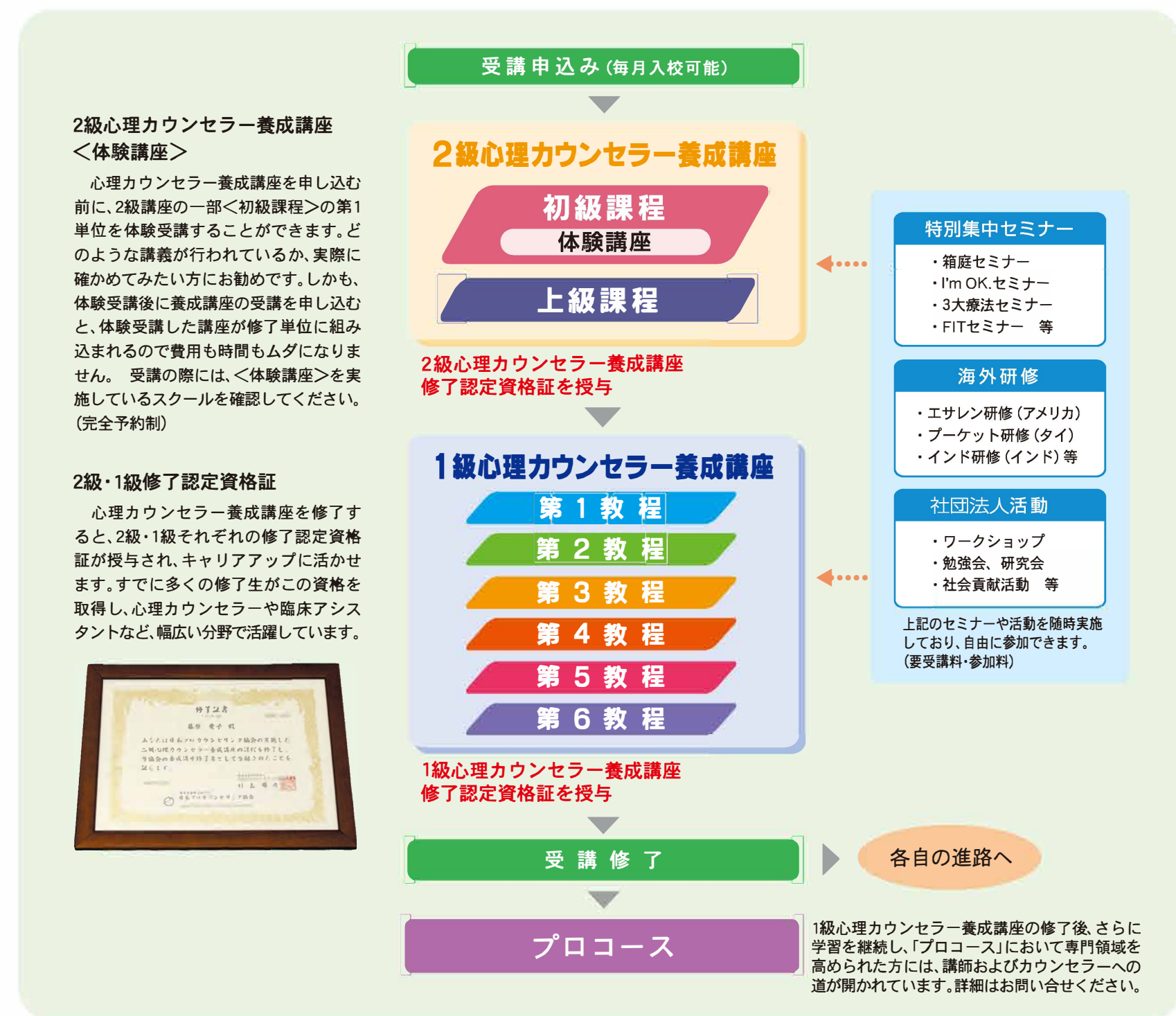
心理カウンセラー養成講座 受講の流れ

日本プロカウンセリング協会が行う心理カウンセラー養成講座では、心理学知識やカウンセリング理論を学ぶだけでなく、体験学習を通してその本質と具体的技法とを効果的に習得できるようになっています。

学習のスタートとなる2級心理カウンセラー養成講座は、＜初級課程（4単位）＞と＜上級課程（8単位）＞とに分かれており、＜初級課程＞ではカウンセリングの

基礎と技法を、＜上級課程＞では体験学習を主としたカウンセリング技法の実際を学びます。

2級心理カウンセラー養成講座を修了すると、さらに1級心理カウンセラー養成講座に進むことができ、ここではカウンセリングを用いた治療や教育開発に向けた理論習得、現場で役に立つ臨床例など、心理カウンセリングの全貌をより実践的に学んでいきます。



「短期集中コース」か「通常平日コース」で受講できます

2級心理カウンセラー養成講座には、「短期集中コース」と「通常平日コース」の2つの受講形態があります。2級・養成講座の場合、「短期集中コース」は土日の2日間で、「通常平日コース」は週1回の講座を3ヶ月間で学びます。1級・養成講座の場合、「短期集中コース」は月1回の講座を6ヶ月間で、「通常平日コース」は週1回の講座を1年間で学びます。

いずれのコースを選択されても完全に単位互換です。スクールごとに開講しているコースが異なるので、受講の際には各スクールで開催しているコースを確認してください。短期集中コースも通常平日コースも平行して受講することができます。

2級心理カウンセラー養成講座

2級心理カウンセラー養成講座は、カウンセリングを初めて学ぶ方のためのスタートとなる講座です。

講座内容は＜初級課程＞と＜上級課程＞合わせて全12単位。心理カウンセリングに必要な基礎理論から高度な技法までを「目からうろこ」の連続でわかりやすく体験的に学習できます。

2級心理カウンセラー養成講座＜初級課程＞＜上級課程＞

＜初級課程＞のねらいはカウンセリングの基礎を知ることです。カウンセリングとは何か、プロのカウンセラーとは何かを、実際に体験しながら理解していきます。

一方、＜初級課程＞でカウンセリングの本質を理解した後の＜上級課程＞では、実際の治療や日常生活を円滑にするための具体的技法を学びます。

初級課程

…… 18,000円（税別）

短期集中コース

土日・2日間（初級・上級、全12単位）

通常平日コース

週1回・3ヶ月間（初級・上級、全12単位）

体験講座で
これが学べる

心理検査（T.A. S/S）

自分ってどんなタイプの人間なのだろう？

投影法

無意識の自分や相手のこころの奥底に迫る

聞き方訓練

人の話をどんどん引き出す、すぐに使えるテクニック

ライフライン

一晩かかる人生話を短時間で聴く技術

上級課程

…… 48,000円（税別）

エリクソンの発達心理学

育った環境から今まで知らなかった自分を知り、今、何が自分に必要かを知る。

ゲシュタルト療法

感じて、そして気づく！ 感じ方に注目した第3世代の心理療法。

家族療法

家族の人間関係をシステムと捉え、立体的につかみ問題解決までの最短距離を探る。

箱庭療法

ピースをただ置くだけで、言葉にならない声を観て感じて聴く人気のセラピー。

論理療法

受け止め方を変えると世界が変わる。考え方の歪みを効果的に修正する。

自律訓練法

簡単にできるセルフコントロールでダイレクトにストレスを解決する。（自律訓練CD付）

伝え方

苦手な相手に言いにくい自分の気持ちを何でうまく伝える技術。

音楽療法

知らないうちに効果を発揮する心理療法。誰でも使えて効果的な療法。

1級心理カウンセラー養成講座

2級心理カウンセラー養成講座の受講が修了すると、全6教程48単位からなる1級心理カウンセラー養成講座を受講することができます。

ここでは治療や一般、教育開発的カウンセリングに必要な理論やテクニックなど、心理学の全貌をより深く学ぶとともに、実践を重ねて様々なカウンセリングケースを経験していきます。

第1教程～第6教程

…………… ￥399,000

短期集中コース

月1回・6ヶ月間(全6教程・48単位)

平成24年3月1日 最新改訂版

第1教程 生活分野に関する心理カウンセリング

- ・ **自己肯定感**
自己肯定感の構造と、自己肯定感を高める支援とは何か?
- ・ **怒りのコントロール**
怒りの発生するメカニズムとそのコントロールと対応法
- ・ **家族カウンセリング**
システム理論を中心とした家族カウンセリングの実際
- ・ **性とセクソロジー**
心理カウンセリングから見る性の問題と性科学
- ・ **自傷・自殺問題**
心理カウンセラーの自傷・自殺問題の扱い方
- ・ **人間心理と環境**
人間心理と環境の相互関係とクライアントの環境整備
- ・ **劣等感とコンプレックス**
劣等感とコンプレックスについての体系的学習
- ・ **第1教程小論文**

第2教程 社会生活分野に関する心理カウンセリング

- ・ **社会性と個人性の心理学**
人間心理の社会性と個人性の理解と相互関係を考える
- ・ **ノンバーバルコミュニケーション**
言語、非言語のコミュニケーションの理解と臨床現場での運用
- ・ **積極的傾聴**
ロジャース派心理カウンセリングの中心技術の理解と実践
- ・ **隣人の抱える問題**
クライアントと隣人相互に波及する問題の理解と構造
- ・ **相談業務の階層理論**
相談業務の階層理論から学ぶ心理カウンセリングのポジション
- ・ **文化と心理学**
人間心理の文化的背景とその関連性についての理解
- ・ **ネットワーク問題**
新時代のテクノロジーが及ぼすコミュニケーションの問題
- ・ **第2教程小論文**

第3教程 精神病理分野に関する心理カウンセリング

- ・ **精神疾患概論**
心理カウンセラーとして知っておかなければならない精神疾患知識
- ・ **心理検査**
心理カウンセリング現場で使用する心理検査の運用と技法
- ・ **うつ病**
モデルケースからまなぶうつ病の実際とその対応法
- ・ **終末期医療とターミナルケア**
心理カウンセリングの究極のテーマである終末期の理解
- ・ **薬品・薬物問題**
薬品、薬物問題に心理カウンセリングはどう挑んでいくのか?
- ・ **脳科学と心理カウンセリング**
最新の脳科学の基礎知識と心理カウンセリング的理解
- ・ **こころと身体の心理学**
ボディマインドシンナジーを中心として学ぶこころと身体の関連性
- ・ **第3教程小論文**

第4教程 産業分野に関する心理カウンセリング

- ・ **キャリアカウンセリング**
進路相談から人生設計まで幅広くカバーするカウンセリング技術
- ・ **コミュニケーション**
コミュニケーションの根本理解とカウンセリング現場での運用
- ・ **対人恐怖症**
モデルケースからひも解く対人恐怖症の実際と対処法
- ・ **認知行動療法**
最新の心理療法である認知行動療法の理解と実践
- ・ **人間基礎概論**
人間とは何か?を心理学的側面から学び、理解する。
- ・ **気づきと行動変容**
クライアントの治癒や成長を促す心理カウンセリング技術の実際
- ・ **ソーシャルスタイル理論と対人対応**
クライアントの対人対応能力を強化するソーシャルスタイルの技術
- ・ **第4教程小論文**

第5教程 教育分野に関する心理カウンセリング

- ・ **セルフコントロール**
心理カウンセリングが扱うセルフコントロールの理解と支援法
- ・ **サクセスイメージ**
自分とは何者か?明確に導き出すサクセスイメージの技術
- ・ **ひきこもり問題**
臨床現場におけるひきこもり問題の理解と対処法
- ・ **不登校問題**
不登校、登校拒否問題の実際と心理カウンセリング的理解
- ・ **個人心理と集団心理**
個人心理、集団心理の理解と相互関係について学ぶ
- ・ **感情の育成**
クライアントの感情の育成と教育開発的アプローチ
- ・ **性格形成**
心理学的に見たクライアントの性格形成と判定法
- ・ **第5教程小論文**

第6教程 総合的分野に関する心理カウンセリング

- ・ **心理学概論**
心理カウンセラーが最低限知らなければならない心理学の流れ
- ・ **箱庭療法と投影法**
ノンバーバルコミュニケーションの臨床心理カウンセリングの応用
- ・ **心身症と神経症**
モデルケースから見る心身症と神経症の対処法
- ・ **ヒプノセラピー**
クライアント心理にダイレクトに作用するヒプノセラピー技術の理解
- ・ **フロイトの心理学**
心理学の原点フロイト心理学の概要理解と重要ポイントの攻略
- ・ **来談者中心療法**
心理カウンセリングの王道、来談者中心療法の技術
- ・ **ユングの心理学**
超科学的ユング心理学の概要とその研究理論から学ぶ臨床
- ・ **第6教程小論文**

心理学の本場で専門知識を深める 充実したプロカンの海外研修

日本プロカウンセリング協会では毎年、心理カウンセリング界で世界的に有名なアメリカのエサレン研究所で海外研修を実施しています。その他にも、カナダのホリホック研究所や、インド、タイ・プーケットなど充実した海外研修があります。心理学の本場でのグローバルな環境で学習し、人種や歴史を超えた心理学を体得することは貴重な経験やキャリアとなります。海外に太いパイプを持つプロカンの名物研修として全国でリピーターが続出する有名な研修です。



エサレン研修（アメリカ）

業界で知らぬ人がいないエサレン研究所はカリフォルニア州ビックサーにある心理学研究所で、人間性心理学の発祥の地です。温泉の湧き出る美しい海岸沿いの高台に1962年に設立されました。マズローやグロフなど多数の著名なセラピストが参加しています。1960年代後半にはゲシュタルト療法の創始者フレデリック・パールズが長期滞在していたことでも有名です。

ここでは心理学、ヨガ、絵画、ボディワークなどのワークショップが行われ、世界各地から集まった心理療法家や心理カウンセラーとの交流ができます。当協会の村上理事長は日本で唯一、エサレン研究所において独自のワークショップを開催。すでに20年以上にもわたる親しい交流を続けています。

Esalen

プーケット研修（タイ）

微笑みの国タイでの研修は、世界的リゾート地プーケットで行います。最新の行動療法やプレイセラピー、アニマルセラピー、マッサージなどを一気に体験できる充実した海外研修です。

プロカンオリジナルのゾウに乗ってのアニマルセラピーも体験出来るなど、カウンセリングでとても重要となる「遊び」と「癒し」、そして「仲間づくり」の要素が詰まった、中味の濃い研修です。「悩ましい環境づくり」を体感できます。

Thailand

インド研修（インド）

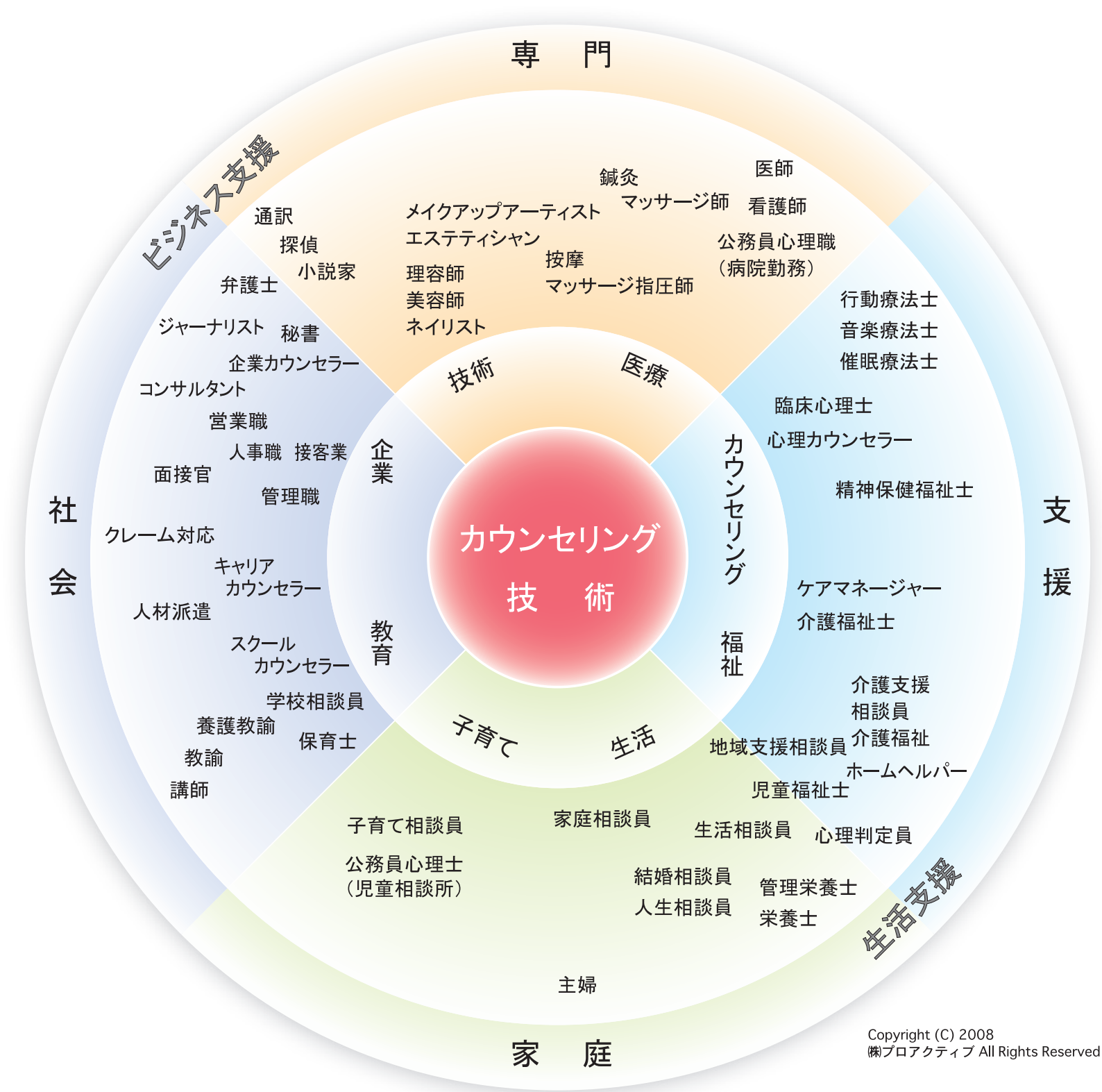
心理学や精神世界についての研究は欧米を中心に発達してきたと思われがちですが、研究者たちの興味と研究の対象は「東洋の文化をいかに理解し、吸収するか」でした。中でも、アジア諸国の文明や思想の原点でもあり、現在もその多くが生き続けているインドが最も注目されています。

世界最先端の技術とアジア最古の文化が共存するインドの神秘を、観光では絶対に訪れることのできないコースとプログラムで体験できる研修です。

India

カウンセリング技術が人と関わるあらゆる仕事に生きる

カウンセリング技術を活かせる「心理職マップ」



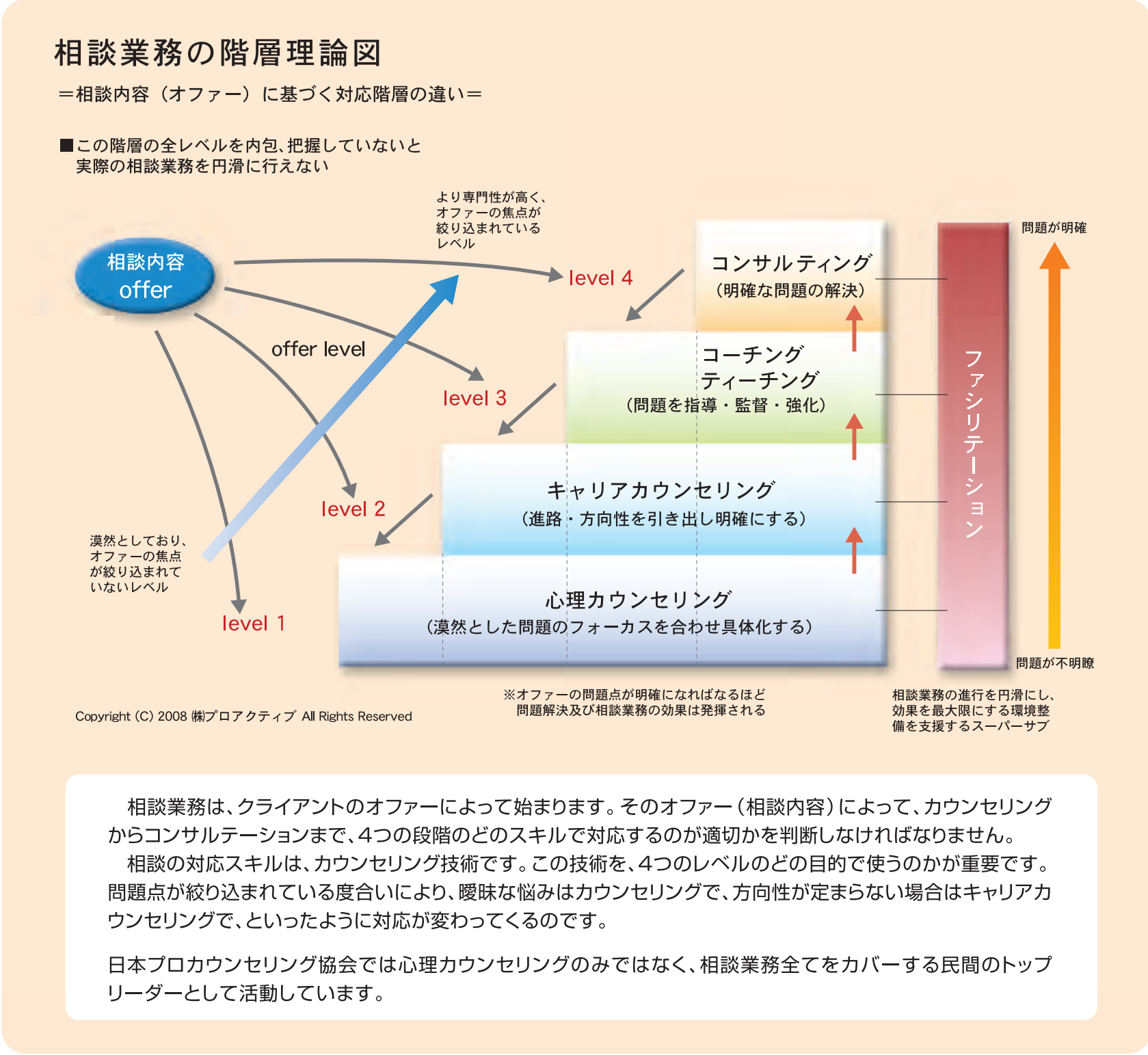
いろいろな現場で活用されている心理カウンセリング技術

カウンセリングの技術は、人とのかかわるあらゆる仕事で活かすことができます。日本プロカウンセリング協会では受講修了生の進路をカウンセラーのみに狭く捉えるのではなく、人のところに触れる全ての仕事に活かせるものと考えています。協会ではこの全ての仕事を「心理職」と名づけ、受講修了生の進路サポートを行っています。

当協会の2級心理カウンセラー養成講座と1級心理カウンセラー養成講座を修了すると、心理職マップが示す分野で学んだことを活用することができます。

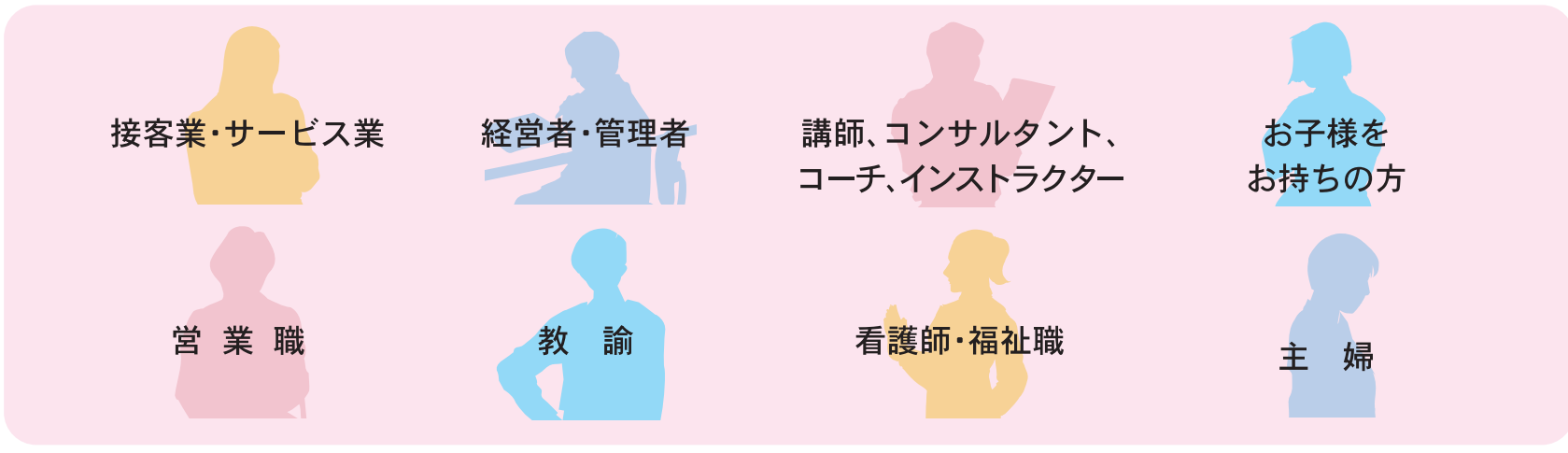
当協会だからできる受講生の目標に応じた、充実の進路サポート

2級および1級の養成講座を修了した受講生には、協会の経験豊富な講師やカウンセラーが進路カウンセリングを行います。修了生それぞれの目標やキャリアプランに応じ、幅広い「心理職」の中から最適と思われる進路が見つかるようにキャリアカウンセリング。それ以外にも、協会の認定校開校、講演講師、スーパーバイザーなどへの道も開かれています。



このような職種でカウンセリング技術が活かれます

あらゆる仕事が人とのかかわりを持つことを考えれば、カウンセリング技術が活かせる領域は想像以上に広がります。講座修了生の多くが、講座で学んだカウンセリングの技術や知識を次のような職種で活かしています。



講座でたのしく学んだ経験が、私を大きく成長させました

日本プロカウンセリング協会の
心理カウンセラー養成講座の受講を修了した
先輩たちの声をご紹介します。



学校系

今回、日本プロカウンセリング協会の講座を受講して感じたのは、たくさんの「気づき」があったということです。この「気づき」こそが自分を変えていく、変化を起こしていくということを実感したのです。この「気づき」という第一歩。この一歩から新しい自分を開拓できるんだ、ということを感じた人たちにも感じてもらえる機会があればと思っています。

N. S. さん

心理学系

私は大学で心理学を専攻し、基礎知識を学びました。学んでいくうちに臨床心理士を目指したいと考えるようになりましたが、大学院に進むには費用がかかるし、他の場所で勉強し直すにも費用がかさむので、どうしようかと悩んでいました。

そんな時に、日本プロカウンセリング協会の心理カウンセラー養成講座があることを知り、問い合わせをしたら大学で心理を学んだ人を対象に助成支援制度があることも知りました。そこで、自己推薦文を提出し、無事に支援制度を受けることができました。

実際の講座では、普段なら交流できない幅広い年代の人たちや、様々な職種の人たちと意見交換をする機会をたくさん持つことができました。この経験は私にとって、大学で学んだ知識を実体験を通して改めて確認するという、とても貴重なものとなりました。

M. Y. さん



医療系

受講するまでは講座についていけるかどうか心配でした。でもそんな心配はまったくありませんでした。むしろ、自分がこれまでどうしても答えが欲しくて読んだ多くの本や色々な人からはもらえなかった答えを、ぼーんと簡単に出してもらえて本当にすっきりとしました。

カウンセラーは悩んでいる人に答えを出してあげるのが仕事とばかり思っていた私にとって、答えを出さず本人に考えさせるのが仕事だと聞いて驚きました。もっと早くこの講座を受けて、使える技術を学んでおけば、と思ったものです。

知識だけが詰め込まれ、知っているだけの講座と、何もかも自分で体験してみても実感する講座とでは、いざと言う時の対応力が全く違ってくるものだと思います。本当に何もかもが楽しく、嬉しい連続の講座でした。

A. A. さん

福祉系

実際に講座を受講して感じたことは、今まで当たり前のように行ってきたことが実は逆であったり、相手の立場に立っているつもりが相手を追いつめていたりということに気づいたことです。講座で他の受講生がモデルとなった時、「この人は今、こういう思いをしているかもしれない」と気づかされる場面が何度もありました。これらのことは、この講座を受けなければ一生、気づかなかったことかもしれません。今回の受講をきっかけに、自分自身の利用者さんとの関わり合い方や話し方・聞き方に注意していければいいなと思っています。

H. S. さん

カウンセリングや講座への、あなたの疑問にお答えします

「私ってカウンセラーの適性があるの？」
「スクール選びの基準は？」「講座修了後の進路は？」
等々、カウンセリングに関する疑問に、ズバリお答えします。

Q 本当に心理カウンセリングができるようになれるですか？

A 心理カウンセリングは本からだけでは学べません。体験領域で学ばなければならない技術は、いくら本を読んでも身につかないのです。

日本プロカウンセリング協会では、「わかる」ことよりも実際に「できる」ことに講座の重点を置いています。そのためにできるだけ少人数のグループ制で講座を運営し、きめ細かな技術指導やディスカッションを行っています。さらにグループカウンセリングの手法で受講生同士がお互いに触れ合いながら自分自身を磨き、成長していく場作りを行っています。

このように、日本プロカウンセリング協会の心理カウンセラー養成講座は無理なくカウンセリングの知識と技術が身につくよう考えられており、初めてカウンセリングを学ばれる方でも安心して学習することができます。



Q カウンセラーの養成スクールがたくさんありますが、何を基準に選んだらよいのですか？

A 現在、心理学やカウンセリングを扱う学校や資格認定の団体は、乱立と呼ばれるほどたくさん存在しています。資料を取り寄せ、団体の信頼性や理念、講座内容を確認することはもちろんですが、実際に講座を担当する講師や場の雰囲気との相性なども、楽しく受講し、技術を体得する大きな要素だと私たちは考えています。

日本プロカウンセリング協会では電話での問い合わせにもお答えするほか、初級体験講座も開催しています。お気軽にご相談ください。※下のスクール選びのポイントを参照してください。

Q 講座修了後、どのような進路がありますか？また、進路相談はできますか？

A 講座修了後の進路については、プロのカウンセラーとして活躍されている人はもちろんですが、講演家として活動している人、会社のメンタルヘルス部門を任されることになった人、病院や施設、学校での相談員、コンサルタント、マッサージ師、作家活動など、多くの分野で活躍できる可能性があります。

例えば、カウンセリングと一見、つながりがないように思えるネイルサロンを開業しながらも、接客にカウンセリング技術を活かして活躍されている方やペットのカウンセラーをされている方もいます。カウンセリング技術はコミュニケーションスキルなので、体験的に技術を身につければ、自ずと進路の選択の幅は増えていくでしょう。

講座の後や電話などでいつでも講師に相談いただけますので、自分を活かせる進路と一緒に探っていきましょう。

スクール選びは、このポイントをチェック!

実際のスクール選びには、あれこれと迷ってしまうもの。ここでスクール選びの基準となる、チェックポイントをお教えします。

こんなスクールなら…



1. 卒業までに必要な受講料や経費があらかじめ明示されている。
2. 少人数制のクラス編成を行い、十分な演習体験ができる。
3. 電話での対応やスタッフの印象が明るく、てきぱちしている。
4. 講師の性別や年齢層が幅広く、的確なアドバイスがもらえる。
5. 再受講、振替、休学といった、受講を支援する体制が整っている。
6. 長期出張や出産など、自分の生活環境が変わっても対応してくれる。

こんなスクールなら…



残念なことに心理カウンセラー養成を掲げていても、組織としての歴史が浅く、十分な学習効果の得られないスクールも見受けられます。こうしたスクールでは演習や体験学習が少なく、ビデオ学習ばかりという例もあります。

また、ことさら就職斡旋をアピールしていたり、勧誘の電話が多いスクール、あるいは病歴を煽って不安感を与えたり、理論的根拠のない講座を開催しているスクール、代表の思想が偏っているスクールには注意した方が良いでしょう。

カウンセリングマインドの普及を目指す協会です

日本プロカウンセリング協会は一般社団法人として、カウンセリングマインドを普及させるための様々な活動を行っています。2級および1級の養成講座を修了すると協会の社団法人会員に登録することができ、協会が開催するさまざまな活動に参加することができます。講座修了後も会員同士が交流し、お互いに技術の研鑽ができる、うれしいシステムです。



交流サロン 基礎コミュニケーションの場

会員同士が親睦を深める場です。テーマを設定しない、会員同士の何気ないコミュニケーションがカウンセリングの下地を作り、実力を育みます。生の交流に重きを置いた、相互学習を講座修了後にも続けることにより、信頼関係を築きながら、カウンセリング技術の向上を図ります。

勉強会 プロとの交流の場

「モチベーション」「恋愛問題」「死生観」「結婚観」など、会員から発案されたテーマに基づき話し合いを行います。意見や価値観を多くの会員と交換することで、知識面の強化だけでなく、物事の多面的な捉え方を身につけます。遠方から参加する熱心な会員も少なくありません。

研究会 専門分野の相互学習の場

サロンや勉強会を通して煮詰められたテーマについて、プロのカウンセラーや講師を招き、実体験を交えた話を聞いたり、意見交換を行います。講座とは違った観点から会員同士の交流が図れます。興味のあるテーマについて、教えを請いたいカウンセラーや講師から直接話が聞ける絶好の機会です。

社会貢献活動 幅広い活動の場

サロン、勉強会、研究会が会員同士の交流の中で培った「仲良くなる力」を外部に放つことで、社会貢献活動を行っています。大手ボランティア団体との提携や災害被災地で被災者にマッサージをしながら交流を行うなど、さまざまな活動を行いながら、社団法人活動で集めた参加費や寄付金を有意義に活用しています。

社団法人会員のご案内

日本プロカウンセリング協会は、一般社団法人として心理カウンセラー養成講座の開催のほか、カウンセリングマインドを普及させるための様々な活動を行っています。協会の理念と活動に賛同される方は、当協会の社団法人会員に登録することができます。一般の社団法人会員には「会員」と「準会員」の2種類があり、それぞれ登録資格と会員特典、活動内容が異なります。なお、2級講座受講で得られる準会員の初年度1年間は、会費無料で自動登録されます。

準会員

会員特典：各種セミナーおよび海外研修へ参加可能。再受講制度の利用資格
(再受講料：1講座あたり1,000円(税別)が必要)
活動内容：サロン、勉強会
会費：初年度は準会員に自動登録され、1年目の年会費は無料。
2年目からの更新時より月額1000円

会員

会員特典：各種セミナーおよび海外研修へ、会員優待価格で参加可能。
再受講制度の利用資格
(再受講料：無料)
活動内容：サロン、勉強会、研究会
会費：月額2000円
会員資格：1級進級時より申込みが可能