

カウンセリングを考える⑬ カウンセリングをより身近に

欧米ではカウンセリングに関する研究や実践が進んでいて、ある国では「一家に一人」感覚でホームカウンセラーがいると言われるほど、広く一般にカウンセリングが浸透しているようです。また、一般の人たちもよく勉強していて、自分にあった『技法』を取り入れているカウンセラーを探してカウンセリングを受けると、というスタイルもそう珍しくないようです。

本来、カウンセリング的な役割を担うのは家族であるはずだと思います。しかし、両親が共働きで核家族化が進む現代の日本では、羽根を休めて心身ともに充電する場所であるべき家庭に、その機能がなくなってしまうというのが現状ではないでしょうか。子どもに限らず、親にも同じことが言えると思います。お互いの話を聴きながらお互いを支えあうというコミュニケーションの時間が、極端に減っているように感じます。

家庭や地域、そして社会全体の中に、カウンセリングの考え方が浸透し、特別な技術を持っていなくても、コミュニケーションをとりながらお互いに支えあい、つながりあえるということも伝えていけたら、と思います。



カウンセラー 小林晶子