

※この図は、国分康孝著「カウンセリングの理論」を参考にまとめましたが、子供の実態に応じた最適な方法をとることが望めます。

3. まとめ

行動療法について説明してきましたが、いかがだったでしょうか。

行動療法は、行動そのものに働きかけて、これを変容させる方法です。その実施にあたっては、子供との信頼関係を築き、動機づけを図ることがまず大切です。

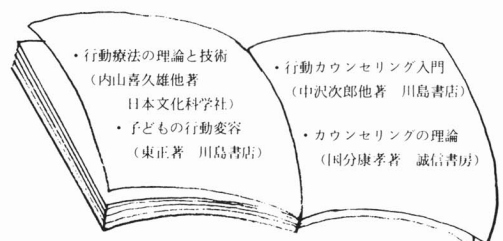
従って、カウンセリングのなかに行動療法を取り入れた行動カウンセリングを行うのが適切かと思われます。

今回は基礎編ということで、その他の技法については省略いたしました。詳しくは後述の参考文献をごらんになってください。

参考までに、行動療法をよく表した先人の言葉をのせておきます。

「してみせて 言ってきかせて させてみて
ほめてやらねば 人は動かじ」
してみせて (モデリング)
ほめてやらねば (強化)

※ 参考文献



・行動療法の理論と技術
(内山善久雄他著
日本文化科学社)

・子どもの行動変容
(東正著 川島書店)

・行動カウンセリング入門
(中沢次郎他著 川島書店)

・カウンセリングの理論
(国分康孝著 誠信書房)