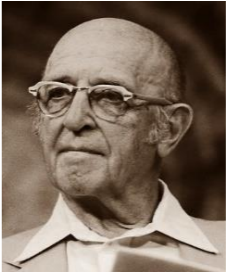

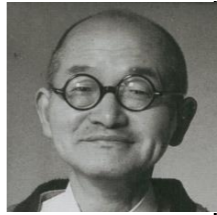


C02 カウンセリング理論一覧

重要度	理論家	何にこだわったか	理論・理念、研究テーマ、構成要素	キーワード	その他
【カウンセリング理論】					
★★★★	フロイト	心的なものの本質は意識のうちにはない	精神分析的アプローチ ・局所論 ・構造論 ・リビドー発達理論		
★	アンナフロイト		自我の防衛機制		フロイトの娘
★★	エリス	人間は「不完全で過ちを犯しやすいもの」	A-B-C-D-E理論 ～問題反応は出来事そのものではなく、その受け取り方によって生み出される	論理療法	
★★★★	ベック	認知（考え方）を修正する療法。うつ病、不安障害。	認知療法、認知行動療法		
★★	パールズ	過去の問題分析にこだわらず、 <b>いまこ</b> こで感じていることを重視	精神と身体に関連性	ゲシュタルト療法	
★★	スキナー		行動療法、学習理論	レスポナント条件付け、オペラント条件付け	
★★	ウォルピ		系統的脱感作		
★★★★	エリック・バーン	相手の存在を認識することと、自分の存在を認めてもらいたい思い。	<b>交流分析</b> で4種の分析 ①構造分析 ②やりとり分析 ③ゲーム分析 ④脚本分析	・ <b>エゴグラム</b> （自我の構造分析グラフ） ・ストローク：相手の存在を認識して表出される言動（愛情、憎しみ）	

C02 カウンセリング理論一覧

重要度	理論家	何にこだわったか	理論・理念、研究テーマ、構成要素	キーワード	その他
★★★★	ロジャーズ  現代カウンセリングの礎を築いた人	問題をいちばん理解しているのは相談者～相談者を信頼すべき	・自己成長理論 ・治療的人格変化の必要にして十分な条件（6つ）	・受容、一致、共感（左記6つ条件に含まれる） ・来談者中心療法	
★★★★	アイビイ		マイクロカウンセリング・三角形モデル	積極技法	
★	カーカフ		ヘルピング		
★	國分康孝		構成的グループ・エンカウンター	コーヒーカップモデル	
★	ピービィ		システムティックアプローチ		
	グラッサー	現実をどう見ているか	現実療法	自己責任、全行動	
★	森田正馬	「あるがまま」～不安は自然なこと、共存をめざす	絶対臥辱：相談者を1週間隔離する	・とらわれ ・生への欲望	
★	吉本伊信	僧侶としての着想、浄土真宗の修行法がもとになっている	内観法（集中内観、日常内観）※身調べから、宗教色を除いて万人向けの「内観法」を確立	身調べ	
★	キーガン	多様化する社会では、生涯成長し続けることが必要	・成人発達理論 ・自己への焦点、他者への焦点		
	デシ、ライアン	動機づけの研究	自己決定理論（SDT） ・アンダーマイニング効果（デシ）：動機付けが内発的なものから外発的なものにかわることで、モチベーションが下がってしまうこと	・統制的動機づけ ・自立的動機づけ	外的動機づけ→非自己決定的 内的動機づけ→自己決定的