



アタッチメント 心理カウンセラー養成講座

Attachment Psychological Counselor



育児セラピスト 前期課程(2級) 修了者対象 スキルアップ講座
一般社団法人 日本アタッチメント育児協会

アタッチメント心理カウンセラー

育児セラピスト 前期課程(2級) 修了者対象 スキルアップ講座



講座概要

人と人が関われば、 必ずそこに悩みが生じる

「人の悩みは、すべて人間関係から生まれる」

そういったのは、心理学者アドラーです。

わたしたちは自分のことさえ、よくわかっていません。ましてや他者のことは、もっとわかりません。そんな“自分”と“他者”の感情と行動が、複雑に絡むのが人間関係であり、この社会の主たる営みです。コントロールできないし、思い通りにならないし、決められない。“悩み”というのは、そういうところで生じます。そうした「悩み」に寄り添い、答えを見つけるお手伝いをするのが、カウンセラーです。

カウンセリング・スキルは、 「よりよく生きるための知恵」

「心理カウンセラー」と聞くと、難しそうとか、大変そうとか、心理療法家の仕事だというイメージを持つ方が多いかもしれません。しかし、当協会が考える「カウンセラー」はもっと身近な存在、どこにでもいる人です。それは、「**カウンセリング・マインドをもった大人が、もっと世の中に増えればいい**」と考えるからです。

近代心理学もようやくこの視点に気づき、「個人」から「関係性」に研究対象を移しています。われわれヒトは、

太古の昔から人間関係の中で、互に関わりあって生きてきたのだから、当然のことです。そうした視点でみれば、カウンセリング・スキルは、心理療法家のためだけのものではありません。むしろ「われわれが、人生をよりよく生きるための知恵」そのものと言えます。

アタッチメントに基づいた カウンセリング手法を学ぶ

本講座では、アタッチメント理論を基にしたカウンセリング手法である「メンタライゼーション」という手法を軸にカウンセリングを学びます。

この手法の生みの親であるベイトマンとフォナギーは、著書のなかでこう言っています。

「メンタライゼーションは、看護師やその他の専門職の手によって実践されており、そのほとんどが正式な訓練を受けた療法家ではない。この本は、彼ら、彼女らのために書かれている。」

また、こうも言っています。

「メンタライゼーションは、何も新しいことは言っていない。あたりまえの数々を、再構築したに過ぎないのだ」

まずは、アタッチメントを学びつくす

このカウンセリング手法を学ぶためには、まずアタッチメントを“ちゃんと”理解し、使いこなせるようになっていく必要があります。

そこで、これまで育児セラピストのカリキュラムで学んできた「アタッチメント理論」をさらに深掘りし、さまざまな角度から解釈してゆきます。それが、この講座のもう一つのテーマでもある「アタッチメントを学びなおし、アタッチメントを学びつくす」という部分です。



自分や相手の アタッチメントスタイルを見立てる

カウンセラーの第一歩は、自分を知ること。つまり**自分のアタッチメントスタイル**を知ることから始めます。それによって、自身の“思考のクセ”や“物語の自分”を把握します。そうすると無意識にかけられるバイアス（偏りやねじ曲げ）を、自分の思考から取り除くことができます。人間関係のこじれの多くは、この思考バイアスによるものです。これがなくなれば話はシンプルになります。

そのうえで、**相手のアタッチメントスタイル**を見立てます。そうすると、相手との感情のすれ違いが起こりにくくなります。その結果、適切な声かけ（あるいは、あえて声をかけない）につながり、よりいっそう寄り添うことができるようになります。

自分のため、家族のため、 まわりの人のために活用できる

アタッチメント心理カウンセラーで得た知識とスキルは、何よりもご自身にとってのスキルアップになります。単なるスキルアップというよりも、人生を豊かに生きるためのバージョンアップと言えます。そして、ここで得たカウンセリングスキルは、パートナーやお子さんあるいはご両親やきょうだいなど家族との関係を変えるでしょう。

その先で、お仕事や活動で関わるお母さんやお父さん、おばあちゃんやおじいちゃんといった保護者の方たちの悩みや不安に対応するために、さらには職場の同僚や先輩、後輩、上司、部下といった人たちとの関係性においても、活用できるでしょう。

お母さんの不安に対応し、一段上の 対応やアプローチができるようになる

これまでベビーマッサージをはじめとした教室をされてこられた方にとっては、「教える」ことに加えて、お母さんたちの悩みや不安に「寄り添い対応する」という要素を付加するきっかけとなります。そして、生徒さんとより関係性を深めることにつながります。

育児セラピスト1級の方は、これまでお母さんや保護者の方の悩みや子育て相談に対応していて、あと一歩力になれなかった、寄り添いきれなかった、ということもあったと思います。そうした場面で、一段上の対応や、さまざまなアプローチができるようになります。



一般社団法人 日本アタッチメント育児協会

理事長

廣島大三



講座カリキュラム

DAY 1

理論編 アタッチメントを究める

- アドバンストアタッチメント・アタッチメント研究の歩み
- アドバンストアタッチメント・アタッチメント理論概要
- アドバンストアタッチメント・アダルトアタッチメント
- 現代的アタッチメント解釈
- 愛着障害

DAY 2

実践編 カウンセリングを活用する

- アタッチメントにおける子ども支援
- カウンセリング概要
- アタッチメント・カウンセリング 理論編
- アタッチメント・カウンセリング 実践編
- カウンセリング実践ワーク



活かし方

アタッチメント心理カウンセラー資格は、人間関係が生じるすべての場面で活用できます。なによりも、自分自身のレイヤーを一段上げることとなりますので、カウンセリングすればするほど自己成長が促されます。つまり、自分の成長にもなって、相手の悩みの解決にもなるのがカウンセリングです。また、相談者にとってカウンセラーの資格があることは、安心につながり、自己開示を促しやすくなります。



お母さんの悩み相談にのることが多い方

職業柄、お母さんから悩み相談を受けることが多い保育士さん、看護師さん、助産師さん、子育て支援の方、教室の先生にとっては、正式なカウンセリング手法を身につけて相談にのることで、これまでよりも深い関わりができたり、より心に寄り添った関わりや関係性を築くことができます。

また、「カウンセラー資格」をもっていることは、ご自身の自信だけでなく、お母さんにとっての安心や信頼につながり、カウンセリングが進めやすくなります。



職場で管理者や指導的立場を任されている方

後輩や部下に対して、問題を指摘したり、指導したりする際、相手に伝わる「伝え方」が身につきます。相手との関係性の詰め方や、話す順序、言い方、タイミングなどを意識して話を進められるようになります。すると、これまでなかなかかかってもらえなかったことや、改善しなかったことが、よい方向に向かうようになります。また、このカウンセリング手法を応用することで、職場の人間関係も、よい雰囲気をつくることができます。



パートナーやお子さん、ご両親、きょうだいなど家族に対して活用される方

家族というのは、もっとも伝えるのが難しい相手です。遠慮がないうえに、よくわかり合っているようで、他人以上にお互いのことが見えていないのが家族だからです。カウンセリング手法は、家族としての自分ではなく、カウンセラーという第三者の立場からのコミュニケーションを可能にするため、これまで行われてきた「いつもの無益なやりとり(心理ゲーム)」をせずに、ニュートラルに話ができます。

また、お互いのアタッチメントスタイルを前提に話すことで、これまでとは違うアプローチで向き合うことができます。





アタッチメントを取り入れながらの心理カウンセラーはすごく興味深く、そして自分の中で一番理解しやすい内容でした

産後子育てをするママの育児不安が増すなかで、それでも愛情を持ちながら育てるママと不安で余裕のなさから子どもと離れてしまうママを間近で見ました。そんなママと子ども達に少しでもアタッチメントを育めるような手助けをしたいと思い今回受講させていただきました。

私は心理学の大学を卒業していますが、アタッチメントを取り入れながらの心理カウンセラーはすごく興味深く、そして自分の中で一番理解しやすい内容でした。

今回は、子どもだけではなく養育者に焦点をあてた講座でしたので、より一層養育者への理解も深まりました。今後、子育てをするママ達の育児相談を受ける時は、相手の理解からスムーズに入れる気がします。

助産師 40代（群馬県）

「自分で自分の悩みに向き合い解決していける」そんな子どもたち・人を増やしていけるようなカウンセラーになりたいです

愛着障害をもつ子どもだけでなく、愛着障害を持つ保護者の方の支援の方法について悩んでいました。

自分自身を知らないとカウンセリングも難しく、知らなかった自分に出会い、理解できたことも大きな発見でした。自分のタイプを理解した上で、様々な悩みを抱えている子ども達や保護者、周りの人、自分自身の気持ちや気づきを促し、違う視点で物事を見つめて悩みの解消の助けとなれるように、この講座での学びを活かしていきたいと思います。

自分で自分の悩みに向き合い解決していける、そんな子どもたち・人を増やしていけるようなアタッチメント心理カウンセラーになりたいです。

保育士 50代（広島県）

たくさん活用したいです！

聞きたいと思っていたことがきけ、ワクワクしました！自分の今の学び（子育てマインドフルネス、アタッチメントヨガ）が本当に全てつながっているのだ!!と感ぜられることが多く、とても嬉しかったです。

言葉こそ違えけれど、大切なことはみんな同じで、また自分の引き出しがひとつ増えた喜びがあります。

その人その人に合う方法で、子育て世代のファミリーやまわりの家族、子ども達が幸せになっていけるためのお手伝いをこれからもしていきたいです。

そして自分の家族との幸せに沢山活用したいです!!

主婦 30代（埼玉県）

メンタライジングと昨年学んだ子育てマインドフルネスをしっかりと活用したいと思います

ベビマの教室や職場で相談にのる機会が多いです。ベビマの後は必ずティータイムをして参加者みなさんがそれぞれ（公表できる）悩みや愚痴を話したり、質問コーナーをもうけたり。1対1でベビマの説明する時も、そのままお悩み相談になることも多々あります。本当に色々な悩みを話してくれて泣きながら話し、帰りは笑顔で帰られる人もいます。そんな中、メンタライジングについて学びたいと思っていたところタイムリーな講座でした。

メンタライジングと昨年学んだ子育てマインドフルネスをしっかりと活用したいと思います。今回の講座も、うん！うん！と心にくる内容でした。まずはメンタライジング能力を高めます！楽しみながら分かりやすい講座でした。本当にありがとうございました。

児童厚生員 40代（秋田県）

どの様に相談者と対応し、声掛けすれば良いか具体的にわかって良かったです

どの様に相談者と対応し、声掛けすれば良いか具体的にわかって良かったです。実際に行ってみると難しいので、何度もイメージトレーニングをしたいと思います。逆にしてもらった感想としてはとても気持ちに寄り添ってもらえて気持ちが軽くなりました。

今まで受講したものの振り返りにもなり、保育の場で使っていくととてもためになりました。ありがとうございました。

保育士 40代（千葉県）

世の中の変化を理解し、保護者に寄り添いながらも自分自身も研鑽を積み身近な相談者、支援者になりたいと思います

子育ての環境が変化しており、子育てが難しい世の中になっている今日。子育てが少しでも楽しいものと感じてもらえるお手伝いができればと思い、この講座の受講を希望しました。世の中の変化を理解し、保護者に寄り添いながらも自分自身も研鑽を積み身近な相談者、支援者になりたいと思います。ありがとうございました。

保育士 50代（愛媛県）

自分と向き合うことの大切さを改めて感じました

今まで学ばせていただいたことが繋がっているという事を再認識する事ができました。少しずつでも娘との関係の中で活かされたのかなと思います。長く学ばせていただいても娘の問題に正面で向き合う事が怖くて…でも自分と向き合うことの大切さを改めて感じました。痛みや辛い事を経験することは、全て糧になるのだなと思います。



資格取得フロー



講座1日目

DAY 1

講座2日目

DAY 2

認定試験（筆記）

可否審査

認定申請

一般社団法人 日本アタッチメント育児協会 認定
アタッチメント 心理カウンセラー資格・取得



受講後の認定試験に合格後、
認定申請によって認定証が
発行されます。

一般社団法人 日本アタッチメント育児協会 監修・認定
アタッチメント 心理カウンセラー養成講座

<https://www.naik.jp>



お問い合わせ



一般社団法人
日本アタッチメント育児協会
育児セラピスト認定協議会

TEL : 052-265-6526 Email : info@naik.jp

〒456-0002 愛知県名古屋市熱田区金山町1丁目13-14 アールワン金山3F FAX : 052-265-6529