

contents

本書の構成と使い方 … 2

はじめに … 3

プロローグ やさしくわかる！ 学校で使える「解決志向」… 6

「解決志向」でいこう！ … 6

解決志向の5つの技法 … 8

1. リソースを見つける … 8
2. 「例外」に注目し、「成功の責任追及」をする … 9
3. 「コンプリメント（肯定的評価）」をする … 11
4. 望ましい未来や解決の姿を描く … 11
5. 段階的に解決を考え、機能する目標をつくる … 12

Part1 学級・集団への心理教育で使える！ (1 次的・2 次的支援 発達支持的・課題予防的)

心の花束 あなたのリソースは？ … 16

私のプチハッピー 思い出してみよう3つのこと！ … 18

動物にたとえると… … 20

自分史をつくる 過去から未来へ … 22

あのときの私へ… … 24

ステキなハーモニー 私たちのクラス … 26

解決志向のクラスづくり … 28

(1) いごこちのよいクラス (2) また明日、行きたくなる学校

友達にメッセージを送ろう … 32

(1) 小学生用 (2) 中高生用 (3) メッセージカード

すごろくトーク 解決志向バージョン … 36

(1) 基本 (2) 低学年用 (3) 保護者用

❀ おまけ1. 保護者会でもすごろくトーク … 39

❀ おまけ2. 「グループ分けカード」と「折りたたみ式すごろく盤」… 39



..... Part2 個別面談・面接で使える!

..... (2次的・3次的支援 課題予防的・困難課題対応的)

なんとかできた 私もすてたもんじゃない! ... 42

例外日記 よく探してみよう! ... 44

ベストな私 どんな1日(1週間)を過ごす? ... 46

(1) 学校に行く1日 (2) 学校のない1日 (3) 1週間

未来の私との交信 ... 50

今の数字はいくつ? スケーリングで考える ... 52

天使の金の粉 解決への4コマ漫画 ... 54

私がいちばん望むのは? ... 56

にじが出るまで... ... 58

❀ おまけ3. ソーシャルスキルの向上にも解決志向を! ... 60

①「○○名人になろう!」 ②「今日のわたし」 ③「ちがいはなあに?」

..... Part3 全員面談・保護者面談・事例検討会で使える!

..... (1次的・2次的・3次的支援 発達支持的・課題予防的・困難課題対応的)

面談アンケート ... 62

(1) 小学生用 (2) 中高生用

❀ おまけ4. 面談の練習をやってみよう! 「ちょっとした面談 話を聞く練習」 ... 66

保護者面談シート ... 68

(1) 保護者面談準備メモ (2) 保護者への質問リスト

事例検討会シート ... 72

(1) 事例検討準備シート (2) 事例検討個人用シート (3) 事例検討シート

参考文献 ... 78

おわりに ... 79

*ワークシートは、ほんの森出版の本書の紹介コーナーから、A4判のデータがダウンロードできます(詳細は奥付を参照)。記入例や「おまけ」で紹介したワークシート、男の子バージョンのワークシートのデータもダウンロードができます。