

個別スーパービジョン(Zoom)

目的

専門家の方と、日々の実践を丁寧に振り返りながら、
ACT/CBS を体験的に身につけていくための SV(スーパービジョン)です。

特徴

海外でのトレーニング経験が豊富なスーパーバイザーが担当します。
説明しすぎず、エクササイズやロールプレイ・リアルプレイを中心に進めます。
ACT を「クライアントに使う前に、自分自身に適用する」ことを大切にしています。

お困りごとの例

以下のようなことでお困りではありませんか？

- 自身の抱えるケースについてアドバイスが欲しい
- ACT を使えるようになりたいが、何から始めればよいかわからない
- BPD 傾向のあるクライアントの対応に悩んでいる
- BPD の家族やパートナーを支える支援の方法を知りたい
- アスリートに ACT を適用するイメージが持てない

基本構成

- SEED モデルに沿った取り組み
- お困りごとや疑問点の洗い出し
- 機能分析
- ロールプレイ・リアルプレイ

個別 SV の詳細

1. SV の価値

ACT Matrix を用いてスーパーバイザーとスーパーバイザーの価値、内的な体験、
コントロール方略、価値に沿った行動を探ります。

2. 物語をそっと握る

不快さを避けることが自身にどのような影響があるのか共に探っていきます。
そうすることが自身の行動を狭めていないか気づけるようにそっと促します。

3. 機能分析

セラピストの行動がクライアントへの行動に影響を与えますし、その逆もしかりです。
同様に、SVでもスーパーバイザーの行動はスーパーバイジーに影響を与えます。
ここでは、行動が起きる複雑な文脈に焦点を当ててどのような機能があるのか観察できるようにスーパーバイジーを促していきます。

4. 視点取得

クライアントの視点、自分自身の視点、第三者の視点を行き来しながら、どの視点が「機能的な理解」につながるのかを一緒に探ります。エクササイズが“否定”や“説得”の方向に向かわないよう、スーパーバイザーが適切な視点の選択をそっと手助けします。

5. 体験的な方法

教えるのではなく示す方法で「スーパーバイジーに教えるべき」といったルールから脱して、直接的な学ぶ意欲を促します。
マインドフルネスやロールプレイ・リアルプレイなどが含まれます。

作成:2026年4月

DEEP SLOW MOVE RIVER 吉本