

実践する時の参考スクリプト

*ご自分でじっくりくる形、言葉に変えてオリジナルなものを作成してみるのが1番です。こちらは、あくまで実践するとき参考になる流れです。

***紫色**にしているところは、通常のセッションのときにはクライアント様には言わない、自分の中でつぶやくことです。とはいえ、講座の実践の中では、あえて「口に出して」言っていきます。理由は漏れや間違いなどが無いか確認するためです。

***緑色**にしているところは、説明文なので、実践の練習でもわざわざ口にする必要はなく、ご自分の中で理解しておくだけでオッケーです。

***赤色**にしているところは、相手に喜んでもらいながら問題解決に導くカウンセリングをする上で重要なスキルに関連している部分です。

【4回目の講座で実践した時の大まかな流れの型】

〈相手に喜んでもらいながら問題解決に導くカウンセリングをする上で重要なスキル〉

相手に喜んでもらって問題解決に導く カウンセリングをする上で重要なスキル



① 傾聴力

- 1、意識して相手の顔を見る（目線を合わせる）
 - 2、質問攻めにしない→会話（雑談）の中からも拾ってメモをとる
 - 3、意識して共感する（相槌、うなづきも含めて）
- 例：「なるほど～」 「そうですね」 「わかります」
- 4、待ってあげる（間をとってあげる）、自分の話をかぶせない

② クライアントさんと自分のイメージを一致させる

- 1、相手の言葉を使う、しっかりこなかったら遠慮なく言ってもら
- 2、オーム返し、反転オーム返し（まとめて整理してあげる）
- 3、5W1H（いつ、どこで、誰、何を、なぜ、どのように）

今、気になっていることとか、例えば、人間関係、お金、仕事、健康、プライベートの中とかでありますか？

〇〇（相手が言った項目）で気になってることがあるんですね。

①いつ (When) 例： いつから気になってるんですか？

そうなんですね。 (相槌つき共感)

②どこで (Where) 例：それは具体的にどこで起こったんですか？

なるほど～。 (相槌つき共感)

③誰が (Who) 例：誰との〇〇 (人間関係、お金、仕事、健康、プライベート) で悩んでるんですか？

うん、うん。 (相槌つき共感)

④何を (What) 例：何を悩まれてるんですか？

そうですよね、わかります。

⑤なぜ (Why) 例：どうして△△なんですかね？

なるほど～ (相槌つき共感)

原因は〇〇だと思ってらっしゃるんですね。 (オーム返し)

⑥どのように (How) 例：〇〇のどのようなことが気になるんですか？

そうなんですね。 (相槌つき共感)

・さんは、〇〇じゃないと、△△にならないと思ってるんですか？ (自分がイメージできないことに関して「どういうことなんだろう？」と教えてもらう姿勢で、その人がどういう意図を持ってそう思っているのか明確にしたいときに使う反転オーム返し)

例：人に喜ばれる仕事がしたいんです→人に喜ばれないと仕事に対する気持ちがなくなる感じですか？

私は人を癒していきたいんです→〇〇さんは仕事をするときに人を癒せないと嫌なんですか？

〈フルセッションの流れ〉

筋肉反射の前準備

①ネックレスや指輪、時計など貴金属を外す

②任脈・督脈、体の3軸 (横軸、縦軸、前後軸) を整える

③水分チェック：自分の髪の毛を触って落ちなければOK (水分足りている)

④反転チェック：「Yes」→定位置でとまればOK、「NO」→下がればOK

「私は、〇〇 (名前) です。」→定位置でとまればOK

〇〇（クライアントの名前）さん、こんにちは。△△（自分の名前）です。

スモールトーク（参加してくれた感謝の気持ちを伝える、どこから参加されてるのか、呼ばれたい名前はあるのか、などなど、雑談から反応がでるキーワードも出てきることあるためメモしながら）

今日のセッションは、〇〇さんの潜在意識の声を私が通訳します。そうして、〇〇さんの気になってらっしゃることに対して必要なことを探ってまいります。時間ですが、今から*（かかる時間）分ほどですが、お時間大丈夫ですか？

では、画面を共有していきながら進めていきたいと思います。

【画面共有】

どうですか？画面見えますでしょうか？

また、品質向上のため録画させてもらってもよろしいでしょうか？どこか他で使用することは一切ないのでご安心ください。

では今から遠隔で見させてもらいますね。ちょっと準備するので深呼吸するなどリラックスしてお待ちください。

自分のところから光の玉をあげて行って、光の輪を通して、〇〇さんの顔、胸のところから光の玉を入れて、また自分に戻して行ってます。自分に戻ってきました。

代理テストと正常に筋反射が取れるか確認する。

〇〇さんの情報をとらせてもらってもいいですか？→とまって YES だと代理テストが完了できている状態。

【定位置確認】定位置確認していきます。定位置を教えてください。→とまったところが定位置。

【水分チェック】水分チェックしていきます。→髪の毛さわって、とまって YES で水分十分、下がって NO なら水を飲んで再度髪の毛触ってチェックして YES になるのを確認するまで行う。

【反転チェック】反転チェックしていきます。 YES→とまる&NO→さがるで、OK

①今、気になっていることを聴き出す

はあ〜い、お待たせしました。準備が整いました。今から話をお聴きしたいと思います。今、気になっていることとか、聞きたいこととかありますか？

【相手に喜んでもらいながら問題解決に導くカウンセリングをする上で重要なスキル】

1、意識して相手の顔を見て

2、5W1H（いつ、どこで、誰、何を、なぜ、どのように）で明確にしていく

＊聴く順番はどの順番でもいい

3、質問と質問の間に、相槌や「なるほど～」 「そうですよね」 「わかります」と言った言葉を質問と質問の間に入れて、意識して共感する

4、オーム返し、反転オーム返し（自分がイメージできないことに関して「どういうことなんだろう？」と教えてもらう姿勢で、その人がどういう意図を持ってそう思っているのかを質問していくことで明確にする目的）して、整理しながら、クライアントさんと自分のイメージを一致させる

5、待ってあげる、自分の話をかぶせない

6、相手の言葉を使う、しっかりこなかったら遠慮なく言ってもらう

（下記のスクリプトには流れがわかりづらくなるため省いていますが、意識して行ってください）

では、反応を見ていきますね。

②筋反射で引き出された課題を書く（潜在意識の課題を探る）

課題について教えてください。

共鳴反応でとる→質問（ですか？とかでいいですか？）で確認する

課題がこれでいいのか確認しますね。

今の課題は〇〇（反応したもの）でいいですか？（とまって ON、YES）

例：今日の課題は「自信が持てない理由を教えて」でいいですか？

NOの場合

近い反応ででてるんですけど、〇〇どんな感じですか？（類義語、違う言い回しをしてみる）

何がどう〇〇なのか、

例：近い反応ででてるんですけど、お仕事どんな感じですか？

起業で不安...何がどうで不安なのか

SNS が苦手...自分に価値がないと思って不安

「発信することが苦手」→共鳴おちる

「発信することが苦手」でいいですか？

NOの場合は、もっと明るい言葉にするとか、思い当たることを反応でとってみる。その時は共鳴反応でとる。

なるほど、—————というところで反応しますね。

〇〇さんは最初◇◇を知りたいとおっしゃってましたが、体の反応から、実は「————」が潜在意識の課題だよと引き出されました。
今日このテーマで扱っても大丈夫ですか？→「いいですよ」と言ってもらえると、より反応が取れやすくなる

③課題の根本原因を探る

根本原因を探っていた方がいいのか聞いてみますね。

根本原因を探っていた方がいいですか？

→YES なら探る

NO なら、何を探ればいいのか聞く

【YES : 根本原因を探っていた方がいい場合】

では、なぜ「課題————」なのか、その原因を見ていきますね。

課題の根本原因を教えてください。→YES

共鳴反応で取っていきます。

感情、食、環境、身体、スピリチュアル

〇〇（反応したもの）でいいですか？→YES

〇〇に反応がありました。〇〇の中でもどういったことが関係しているのか見ていきますね。

→共鳴反応（おちる）で項目全て聞いてから→質問反応（とまって ON、YES）で根本原因を特定する

〈その他〉ででた場合、本人からか、空間（カード、チャクラ、本、など）から出るのが聞く

【感情】

過去のトラウマ→年齢遡行、誰と？（家族、友人、職場の人、付き合っていた人、同級生、近所のひと、親戚、自分自身）

前世

前世を聞いたことある人は、その話をしてもらい、その前世かを筋肉反射で聞く。ESRをしながらイメージしてきたことを話してもらおう。「この課題は前世でもやっていたか？」

関係のある情報を教えてください。

本人から

カードから 前世のカードを使う「今の課題に関係のある前世を教えてください」×3
言う

本人からなら、前世は、どんな人だったのか？を掘っていくと繋がりが見えてくる。
今の課題に関係のある前世を教えてください。

- ①男性、女性、
 - ②既婚？未婚？
 - ③子供はいますか？何人？
 - ④今のパートナーは、前世でも会ってますか？
 - ⑤今の仕事は前世でも関係ありますか？
 - ⑥前世でやり残したことがありますか？
- 今の悩みは、前世でも課題がありましたか？
- ⑦それは、クリア出来てますか？
 - ⑧今世、やるべき事は決めてきてますか？
 - ⑨それは、達成出来てますか？

胎児「この課題を決めて生まれてこようと思っていましたか？」

両親からの DNA→父方、母方

先祖からの DNA→母方なのか父方なのか、何世代前なのか確認「〇世代前から、実はこの課題を持ってきているみたいです。」

両親や先祖の DNA の課題がでた時は、自分の子供にも引継ぎやすいので、その人がその学びに気づくことが大事。自分でそこで解消すれば意外に子供たちにはその課題は引き継がない。子供がすごく変わったり、素直になったり変化が起きることもある。自分自身で気づけば、問題は解決していく。

魂の癖→前世で何回も同じことをやっている

その他→人間関係以外で、能力、お金、結婚、離婚、恋愛、信じ込み、セックス

【食】

食のイメージ 子供の頃いいイメージがなかった

食べる姿勢 お皿に入れずにパックのまま食べる

相手 お母さんに叱られる、会話がない、などなど

その他→食生活、栄養の偏り、体内毒素、水分不足

【環境】

住んでいる場所→家全体、別々の部屋

職場→今の職場、以前の職場

風水→取り除く（どこから、何を）、取り入れる（どこに、何を）

何か色を取り入れた方がいいのか？どの方角に取り入れた方がいいのか？

物→捨てる、取り入れる、整理する

浄化→何を、浄化方法（塩（塩（塩スプレー））、お香、音叉、お酒、その他）

整理・掃除→整理なのか、掃除なのか

その他→電磁波、天候・気候、大気汚染、自然環境、学校、所属しているコミュニティなど

【身体】

毒素→毒素が溜まっている、どういう風な毒素なのか、どうやって抜いたらいいのか

電気→電磁波、水が足りない、

骨（腎）→カルシウム不足、腎臓、睡眠、老化

筋肉（肝）→鍛える必要がある、緩める必要がある（マッサージとか？）、肝臓、体を動かす必要がある、毒素

内臓（脾）→どこの内臓、弱っている、消化に問題、吸収に問題、食べるスピード

血液（心）→循環に問題、ドロドロ血、低血圧、高血圧、血栓（心臓、脳など）

皮膚（肺）→トラブルがある、肺、呼吸、風邪を引きやすい、バリア機能が弱っている、免疫力が弱っている、

その他→体のゆるみ、身体の緊張、姿勢、骨格の歪み、外傷、噛み合わせなど

【スピリチュアル】

カルマ→前世からの課題、先祖から引き継いでいる

憑依→死んでいる人の霊、何体、自分に関係している、土地にいる霊、自分に助けを求めている、同じ課題を持っている

成仏させていくために何が必要か聞く、自分で気づいて悟れば成仏する、神社でお祓い
サイキック→生きている人の霊、人の念、執着、何体ついているのか、知ってる人なのか、家族なのか他人なのか、面識ない人なのか、Facebookで繋がっている人、どういう風にお祓いしたらいいか？（神社にお布施、生き霊の人の名前を書いて先祖をお墓参り）

守護霊、先祖、指導例→気になることがある、サポートしてくれようとしている、先祖にお参り、メッセージがあるのか（どうやってメッセージを受け取れるのか、受け取れますか？、神社のおみくじ、守護霊からのメッセージを教えてください）

パワースポット→行く必要があるのか、山、海、日本、海外、写真をかざす、自分の部屋をパワースポットにする

前世→何か「課題〇〇」について課題がありましたか？共鳴反応と質問反応で深掘りして確定していく

氣→滞っている（気滞）、気が不足（気虚）、気が過剰（悪血、熱、氣逆）

④どんな状態にしていきたいのか聴き出して書く

ゴール設定（原因がわかったら、その原因を解決するのがゴール設定）

じゃあ、これ、どうしていききたいですか？

5W1H（When いつ Where どこで Who 誰が What 何を Why なぜ How どのように）と共鳴反応・質問反応で明確にしていく

例：本当は、どんな〇〇をしたいのか？（例えば、食事）
どんな風に〇〇でいたいのか？（例えば、健康）

どんな気持ちで叶えるのかという気持ちもとても大切です。ゴールが叶っている状態だと、どんな気持ちですか？感情も合わせて設定する（エモーションマップを見せて聞いてもいい）

感情も合わせたゴール設定を共鳴で反応したものを質問反応で確定する

これがゴール設定でいいですか？→YES

ゴールは、「=====」で反応しました。

⑤修正方法（セッションの時間内にカウンセラーができること）
ゴールを叶えるために必要な修正方法を引き出し修正する

この時間にできる修正方法を探っていきますね。

修正方法を教えてください。→YES

共鳴反応でとっていきます。

チャクラ

カード

★★（もし自分が持っているスキルでセッション中にできそうなことがあれば選択肢の中に入れる）

共鳴したものを

修正方法は〇〇でいいですか？→質問反応（とまって ON、YES）で確定する

【チャクラが反応した場合】

必要なチャクラを教えてください。

必要なチャクラを見ていきますね。

必要なチャクラを2つ教えてください。→YES

それぞれ引き出されたメッセージを伝える

（あれば）音叉を鳴らしていく

【カードが反応した場合】

課題を解決してゴールを叶えるために必要なメッセージをカードから教えてください

→YES

カードから引き出されたメッセージを伝える

【★★（自分が持っているスキルでセッション中にできそうなこと）が反応した場合】

自分のスキルを修正方法としてどう使えるのか筋反射でとってもいいし、筋反射でとらなくてもできることであれば、そのまま行う

⑥最初の1歩

続いて最初の1歩、どんな行動を具体的にすればいいのかみていきますね。

最初の1歩を教えてください。→YES

どこからとれるか共鳴でとっていきます。

本人から
情報が必要

共鳴で反応した方を

〇〇でいいですか？→質問反応（とまって ON、YES）で確定

【本人からの場合】

ゴール設定の感情になるために何をするのか明確に聴く

聴いたものの中から反応をみていく

*行動・期間・回数・場所などを明確にする

【情報が必要な場合】

〇〇さんの課題を解決してゴールを叶えるために必要な最初の1歩（具体的な行動）を教えてください。→YES

共鳴反応でとっていきます。

チャクラの修正方法の中

カードの中

部屋の中（ちなみに、私はこの選択肢は外しています）

共鳴反応で反応したことを

〇〇の中から、最初の1歩が引き出せるでいいですか？→YES

反応から*行動・期間・回数・場所などを具体的に明確にする