

活動報告・情報交換 など

出席メンバーの勉強や活動を含む、近況報告をしてもらいました

- ・ **NCK忘年会** 12/20(土)17:00にNCKの忘年会を行います！今回は個室でもんじゃです。ぜひご参加を！
場所確認・出欠は → <https://chouseisan.com/schedule/List?h=6dfe4076bbd34b5daa99e17b99ca65c4201411>
- ・ **高崎商科大学での講座** 12/13に高崎商科大学で傾聴講座を行います。(講師：大井さん サポート：長谷川さん・水口)
今回はNCKのプログラムをベースに『コミュニケーションに役立つ傾聴講座』です！
- ・ **来年度活動のアンケート** もうすぐNCKの来年度の活動についてのアンケートを実施します！ご協力ください！
- ・ **NCKの案内(チラシ)更新** NCKの案内(勧誘?)チラシを更新しました。ホームページからいつでもダウンロードできます！
(トップページに置いてあります → <http://www.nihonbashi-counseling.org/>)
- ・ **ビジターご参加** 今回は岡野さん(初めて)が参加してくれました！
- ・ **その他、情報交換や近況など**

※ この内容は会員の個人的な活動を含むため
HP掲載版では省略いたします。

今後の予定

次回以降の予定です。ぜひご出席を !!

※ 毎月第1木曜・第3火曜日はNCKの勉強会です！(12月は第1木曜のみ。1月は第3火曜のみ)

12月4日(木) 19:00～21:00 テーマ：カウンセリング実習
(19:30までにあればポイントがつきます) 場所：人形町区民館

12月20日(土) 17:00～ 毎年恒例！NCK忘年会 (恒例のプレゼント交換あり。500円位のプレゼントを持参ください)
場所：月島もんじゃ『わらしべ』(http://r.gnavi.co.jp/gcdp200/?sc_lid=sc1_sbtn_ml)
出欠入力はこちら → <https://chouseisan.com/schedule/List?h=6dfe4076bbd34b5daa99e17b99ca65c4201411>

1月20日(火) 19:00～21:00 テーマ：研究発表(ハラスメント部会)
(19:30までにあればポイントがつきます) 場所：人形町区民館

場所詳細：人形町区民館 <http://mappage.jp/S/S04.php?L=12&X=2.4397608735314&Y=0.62275808064978>

今回は人間関係開発部会(部会長:長谷川さん)の主催で、チームワークやコミュニケーションについて学ぶ『ポジションを決めよう』ゲームの実習を行いました。

長谷川さん自身、このワークの参加者を見ていて「コミュニケーションって本当に難しい!」と実感することがあるそうで、奥が深いワークです。



ファシリテーター
長谷川さん



今回は2グループで実施しました

実習の内容は・・・ルールが書かれた1枚の「指示書」と情報が書かれたカード(16枚)を元に、正解を導くというもの。情報カードは各メンバーにバラバラに配られますが、そのカードを見せたり渡したりするのは禁止。カードの内容は口頭で伝えていきます。正解を導くにはすべてのカードの情報がそろわなければならないと必要ですし、組み合わせを推定するのも簡単にはいかないように作られています。

そのなかでグループによって進め方に違いが表れてきます。たとえば、

- ・どのようにコミュニケーションを取っていくか?
- ・各メンバーがどのように参加していくか?
- ・グループ全体でどのように課題を進めていくか?
(進め方をどう決めていくか?)

というところで、グループやメンバーの個性が表れてくるわけです。

終了後にそれをふり返ってみることで、自分の「伝えるときのクセ」や「聞くときのクセ」に気づいたり(これが自己理解にもつながります)、それを共有することで、グループ全体としてのコミュニケーションについての気づきがある、そんな実習です。



カードの内容を伝えあったり・・・



わかったことを書きとめたり・・・

ふり返りでは、まず各自で6項目の自己評価を行いました。

たとえば討議の進め方や情報の分析の仕方について「事前に話し合ったか?」と考えてみると、話し合ったつもりでもしっかり決めていないことがあったと気づいたり・・・、「あなたは他者の話に耳を傾けましたか?」と問われてみると、正解を導くのに気を取られてあまり聞いていなかったかも?と気づいたり、意外とできていなかったことに気づきます。

次に、全体でのふり返りを行いました。各項目についての自己評価を聞いてみると、同じグループでも一人一人の捉え方、感じ方が違うことがわかります。

たとえば「(進め方などを)事前に話し合いましたか?」という問いでは、全体に自己評価が低くて、しかも個人差も大きいという結果でした。「それなりに話し合ってからスタートした」と前向きに評価する見方と「でも話し合いが十分とは言えなかったかも?」と反省する見方の両方があり、評価が分かれたようです。

また、「十分に発言しましたか?」という問いに対して、低い自己評価をつけた人も、周りから見るとちゃんと発言していた・・・というように、自己評価と他者評価の違いが明らかになった場面もありました。このあたりは自己理解にもつながるところですね。

コミュニケーションやグループとしての協調について学ぶことが多く、自己理解につながる気づきもある実習で、参加者からも好評でした!

右欄に点数をつけ、その理由を記載しましょう。

	できなかった	できた
1. 討議の進め方や情報の分析の仕方について、事前に話し合いましたか? 【理由】	1 2 3 4 5 6	
2. 各自が持つ情報は十分に活かされていましたか? 【理由】	1 2 3 4 5 6	
3. あなたは十分に発言しましたか? 【理由】	1 2 3 4 5 6	
4. あなたは情報を理解して伝える努力をしましたか? 【理由】	1 2 3 4 5 6	
5. あなたは他者の話に耳を傾けましたか? 【理由】	1 2 3 4 5 6	
6. あなたは他者の話を十分に理解する努力をしましたか? 【理由】	1 2 3 4 5 6	



全体でのふり返りの様子です

編集後記

会報作成担当のコメント・つぶやき・ひとりごと・・・ などなど

忘年会は別として、次回(12/4)は今年最後の勉強会ですね。カウンセリング実習の回です。思い起こせば、NCKができたのも「傾聴する力を錆びつかせないために実習の場がほしい」という意見が多かったからでした。上手くやるとか高度なことをやるとかでなく、現状維持するのも重要なことなんですよ。ぜひ、今年の「聴き納め」に来てください! 【水口】