

**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

- ・ 傾聴ボランティア NCKではこれまでに何度か傾聴ボランティアに行っています(NCK-73で紹介しています)。この傾聴ボランティアを定期的に行います。6月から、毎月第1土曜日に実施予定です。とても勉強になるので、都合がつく月にぜひご参加ください!
- ・ NCK総会・特別勉強会 5/24の総会・勉強会の詳細が決まりました! 都合がつく部分だけの参加もOKです!  
 14:00~16:00 DVD勉強会: 『Awareness カウンセリングに交流分析をどう活かすか?』  
 (杉田峰康先生の講義内容を録画したものです。TAについて学べます!)  
 16:00~18:00 定例総会: 1年のしめくり。今年の勉強会の方針・計画などわかります!  
 18:00~ 懇親会 : 歌う懇親会!! のど自慢の人も、そうでない人も、一緒に♪  
 出欠のご連絡はこちらで → <http://chouseisan.com/schedule/List?h=2668520df4b9e9e9ec9d7d177c83b6334>  
 ※ 重要: 会員登録された方が総会に遅れる・欠席する場合は委任状を提出ください。  
 石井さんからのメール[nck:439]をご確認ください!
- ・ ビジターご参加 今回は矢花さん(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!(5月は第2木曜と第3火曜。8月、12月は第1木曜のみ。1月は第3火曜のみ)

**5月20日(火)** 19:00~21:00 **研究発表: 「感情」について理解を深める!**(実習・共有を行います)(人間関係開発部会)  
 (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

毎年恒例! NCKの総会を行います!

**5月24日(土)** 14:00~ NCK総会・特別勉強会・懇親会(詳細は上の欄をご覧ください)  
 場所: 人形町区民館

**6月5日(木)** 19:00~21:00 **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: 未定

**6月17日(火)** 19:00~21:00 **研究発表(キャリア開発部会)**  
 (19:30までにあればポイントがつきます) 場所: 未定

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

今回はカウンセリング実習でした。

実習は25分・24分と2回行いました(各グループ0b 1名の構成)。金子さんのご指導も頂きました！

1回目 CO：大井さん 木村さん 水口  
2回目 CO：矢花さん 石井さん 佐藤さん



### 振り返りのコメント・感想など

【CO】久しぶりで、CLについていくのがやっとだった。CLが不満を感じているのが分かったが、解決への気づきへともっていくのが難しかった。もっと掘り下げる質問をしたかった。

【OB】言い換え、繰り返し、うなずきがしっかりできていた。真剣に話を聴いている感じが良かった。事柄を追ってしまう部分があったので、質問のパターンを用意しておくの良いのでは。受け答えの中で、COの価値判断が入っているのではと感じる部分があった。

【CL】話をすることでどうしたら良いか分かってきた。

【金子さんコメント】  
CL中心に進めていくこと。「あなたはどうしたいのか」「あなたはどう感じるのか」を聴いていく。CLの「どうしたらいいですか？」はイライラの証では？

【OB】落ち着かない、混沌とした不安にフォーカスしていくと良いのでは。CLが「不安」言ったのをCOが「こわい」と受けていてニュアンスに違いがあったが、CLに違和感があったのでは？

【CL】どうしたら良いかについての気づきがあった。傾聴半分、質問半分のカウンセリングだったが、こういうやり方もあるのかと参考になった。

【CO】思考(こうあるべき)と感情(でもそうしたくない)の葛藤があった感じ。もっと話が進めば良かった。

【OB】COは聴いている感じがあってよかった。CLは周りの人に対するうらやましさ？悔しさ？と自分が大事にしたい生き方、の間で揺れている。価値観の違いはわかっているけど、悔しい気持ちがあるという感じ？  
どういふ考え方から来ているのかももっと聴くと、CLの価値観が見えてきたかも？

【CL】「悔しさ」はあるかも。でも「そうじゃないよね」という気持ちもある。

【CO】「感情」に入っていけなかった…。最後の方で出た葛藤が何なのか(自分がやりたいことと現実？)、もっと聴ければよかった。  
どうアプローチすれば良かったんだろう…？  
「(相手に)言われたとき、どう感じましたか？」と聴けば良かったのかな？

【OB】COは事柄(CLの立場・状況)に共感してしまった？  
振り返りで出た(上の)質問はすごくいいと思う。具体的な状況のなかで、CLがどう感じたかを振り返ってもらえると、もっと掘り下げられたと思う。

【CL】COは「迫ってきた」感じがかった。良かったと思う。振り返りも含めてわかったのは、自分は(相手に)期待もしているということ。

【金子さんコメント】  
「優秀なCL」がCOをリードしていた実習もあったかも？ あらためて「共感的理解」を大事にしてほしい。自分の準拠枠ではなく。

### 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

24日はNCKの総会。勉強会、総会、懇親会と盛りだくさんです。時間が合うところだけでもぜひご参加ください。総会に出られない会員の方は委任状をお願いします。また次回の勉強会(20日)ですが、私も内容を決めるのに少し参加しました。いい勉強会になりそうなのでご期待ください！今回は重大発表？もあります。【水口】