

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

- ・ もうすぐ第100回 NCKの勉強会が4月に、なんと第100回を迎えます！ 現在、記念行事を企画中。4/21の勉強会も記念企画で、外部講師として坪田まり子先生をお迎えします！
- ・ 傾聴講座の実施 2/12に長野県の御代田町で傾聴講座を行いました。p.3の報告をご覧ください！
- ・ アートセラピー講座 3/21(土)にアートセラピー講座(NCKでの貸し切り受講)があります。出席の受け付け中です！木村さんからのメール[nck:495]もご参照ください。
(こちらから → <https://chouseisan.com/schedule/List?h=6c00a5b8f99a413b81cccd4c44d040d>)
- ・ ビジターご参加 今回は浅野さん(2回目)、岡野さん(2回目)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！(※4月は第2木曜日と第3火曜日です)

3月5日(木) 19:00~21:00 テーマ: カウンセリング実習
(19:30までに入ればポイントがつきます) 場所: 人形町区民館

3月17日(火) 19:00~21:00 テーマ: 研究発表
(19:30までに入ればポイントがつきます) 場所: 人形町区民館

4月9日(木) 19:00~21:00 第100回勉強会: 記念行事を企画中です!
(19:30までに入ればポイントがつきます) 場所: 未定

4月21日(火) 19:00~21:00 特別勉強会: 外部講師 坪田まり子先生をお迎えします
(19:30までに入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>

今回はメンタルヘルス部会(部会長:高橋さん)の主催で、メンタルヘルスの事例について考えてみました。題して、

『これって新型うつ?あなたはどうか対応する?』
～メンタルヘルス休復職事例-2～



ファシリテーター 高橋さん



事例を読んでいるところです

です。以下のように進めていきました。

まず、ある休復職の事例を読んでみて、

- ① その(問題行動を起こした)社員はうつ病なのか? それとも、うつ病以外の障害が考えられるのか?
- ② 他の人たちは、その社員にどう関わるとよいか?



ディスカッション中です

をそれぞれで考え、その後全員で話し合いました。

その事例というのは、ある会社で、ある社員が休職、復職をくり返しているという事例です。休職中に旅行に行ってブログに書いているなど、いわゆる「新型うつ」のような行動が見られます。

ただし、この事例ではその社員の言動(攻撃的な言動や感情を爆発させるなど)により、他の社員のメンタルヘルスに大きな影響が及んでいます。

また、復職後も同僚に対しての攻撃的な言動が目立つなど、「うつ」だけでは説明できないように思えます。

※ 事例の詳細は、添付資料(部外秘:会員限定)をご覧ください。p.1~4が事例(一部省略)、p.5が記入用紙、p.6にディスカッションのなかで出た質問や意見などです。

メンタルヘルスだけでなく、モラルハラスメントの事例にもなっていると思いますので、ぜひご覧ください。

右に載せてあるのは、会社として、特に部門長の立場でどうすべきか?という意見です。

社員1人の休復職の問題にとどまらず、他の社員のことも考えて対応すべきであること、また、部門長が言うべきことを言っていないと思えることを前提としているため、厳しめのコメントもあります。

メンタルヘルスによる休復職に対応するだけでなく、組織として振り回されないように対応していくことも重要。それも含めた知識を提供できるカウンセラーになりたいものです。

自分が部門長だったら?

- 「やめなさい」といって、とめなさい。
安全配慮義務(他人への)の点で問題ある。
- 「してはいけない」ことを説明する。「退職してもう、ということも言っておくべき。」
※水が続くと
- 労務管理に関わる人は診断書(診断名)について詳しく知っておく必要。うがた見方がある。ねえ、た診断書出せることも可能。
- 距離を取る。なまねるしかない。
(知るとしての例)
- 次の方があるなら、会社としてあなたを置いておくことができない。と伝えておくべき。
- 自分たちはちゃんとしてるのに、なんで「彼女だけ...」と周りのモチベーション下がってるのは?
(実際 復職前後、そういう声多かった)
- 会社紹介でセカンドオピニオンもらった方がいいのでは?
別の病院で
- 会社での状況を主治医に伝えろ? → 本人水たかぬとできないが。
- 会社として対応の経路を残しておく必要(あとあとのためにも)。
- 部門長、頼りにならない。言わない。ここも教育すべき。
(とくに部門長がダメ)
- 上司は一枚岩ではないとダメ。(甘い人がいると、そこへ行く)
- 上司たちがすり合わせておく必要。勉強会でもしたら?

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

年度末が近づいてきましたね。産業カウンセラー協会の年会費納入もお忘れなきように。そしてNCKは...、もうすぐ第100回という節目を迎えます。100回も続いているなんて、大したものです(自画自賛ですが笑)。さて、今回の会報はもう1ページあります。外部で行った傾聴講座の様子を載せておりますので、こちらもぜひご覧ください。【水口】

2/12に長野県の御代田町というところで傾聴講座を行ってきました。この傾聴講座は「傾聴」をよく知らない方（カウンセリング等の勉強をしていない方）に体験を通して学んでもらう講座です。NCKで作成したプログラムで、これまでも何度か講座を実施しています。



緑のトレーナーがはつらつサポーターのユニフォームです

今回受講されたのは同町の生活・介護支援サポーター（通称はつらつサポーター）の方が48名様。町の職員の方もご参加くださいました。

今回のプログラムはこれまでに行った傾聴講座（初級編）をベースにしており、今回の受講者の方向けに少し手を加えています。また、今回は人数が多く、会場も広いので、実習の段取りをスライドだけで説明できるように工夫をしてみました。（12月の打ち合わせにご参加頂いた方、ありがとうございました！）

実際に使ったスライド（投影用）はこんな感じです（抜粋）

<p>生活・介護支援サポータースキルアップ講座 支援者のための傾聴講座 2015/2/12 NCK 日本聴力カウンセリング研究会</p>	<p>聴 耳プラス目と心</p>	<p>「ダルマ」体験をしてみよう</p>	<p>話す人 聞く人</p>	<table border="1"> <tr> <td>1回目</td> <td>2回目</td> </tr> <tr> <td>話し手 用紙A</td> <td>聴き手 用紙B</td> </tr> <tr> <td>聴き手 用紙B</td> <td>観察者 用紙C</td> </tr> <tr> <td>観察者 用紙C</td> <td>話し手 用紙A</td> </tr> </table>	1回目	2回目	話し手 用紙A	聴き手 用紙B	聴き手 用紙B	観察者 用紙C	観察者 用紙C	話し手 用紙A
1回目	2回目											
話し手 用紙A	聴き手 用紙B											
聴き手 用紙B	観察者 用紙C											
観察者 用紙C	話し手 用紙A											

配布した資料はこんな感じです（抜粋：全11ページ）。後半の実習用にふり返り用紙を3種類付けてあります。

<p>生活・介護支援サポータースキルアップ講座 支援者のための傾聴講座 2015年2月12日 NCK</p>	<p>やっちゃダメ！ 傾聴のNG行動</p> <p>相手を見ない （顔を上げずに）「あーん」「それです？」</p> <p>話をさえぎる （話の途中で）「どうですか？」 「○○って話？」</p> <p>結論を急ぐ 「だから、何がしたいの？」 「早く言いなさいよ！」</p> <p>価値観の押しつけ 「そんなの失礼なことないって」 「わたしはこうじゃない」</p> <p>いきなり指導 「○○すればいいんだよ」 「何でそんなふうに考えるの？」</p>	<p>A ありかえり用紙-1 ※ 聴が終わった後で記入してください</p> <p>【話し手をやってみて】 聴いてもらった感じは良かったか？</p> <p>本題に入ってから、どのタイミングですか？</p> <p>聴き手が聞き取れなかったらどうですか？ 聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p> <p>聴き手が聞き取れなかったらどうですか？ 聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p>	<p>B ありかえり用紙-2 ※ 聴が終わった後で記入してください</p> <p>【聴き手をやってみて】 聴き手が聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p> <p>聴き手が聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p> <p>聴き手が聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p>	<p>C ありかえり用紙-3 ※ 聴が終わった後で記入してください</p> <p>【観察者をやってみて】 聴き手が聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p> <p>聴き手が聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p> <p>聴き手が聞き取れなかった原因はなにかありますか？</p>
--	---	---	---	---

当日は私（水口）と豊田さんが御代田町に行って講座を行ってきました。



後半の実習の様子です。今回は会場と人数の都合により机のあるレイアウトです

はつらつサポーターの皆さんはとても元気で前向きで、講義部分では熱心にメモを取ってくださり、実習ではもう話が止まらないという感じでお話しされていました。

今回の講座での不安要素は、人数と会場の都合により、スペースを広く取れないところでした。隣のグループとの距離が近いので、話が聞こえにくいのかも？と思いましたが、皆さん元気にお話してくださっていたおかげで、特に支障なく実習を行うことができました。



実習の後のふり返りの様子です

NCKの傾聴講座には「よくない会話」の例を見て頂く、寸劇のコーナーがあるのですが、今回はシナリオを持参して、受講者の有志の方たちに演じてもらいました。初めての試みでしたが、はつらつサポーターの活動で寸劇をされている方たちが、上手に演じてくださいました。（私がやるより上手でした・・・）

そんなふうに、好評のうちに終了した傾聴講座でした。これまでに行ってきた積み重ねのおかげでいい講座になったと思います。後日、職員の方から大変好評だったというメールを頂きました！

今回の講座の様子はビデオでも収録してありますので、ご覧になりたい方はお申し出ください。

※ 受講者も写るため、部外秘扱い（視聴はNCK会員限定）の前提で撮影の承諾を頂きました。そのため、このビデオの視聴はNCK会員に限定させていただきます。ご了承ください。