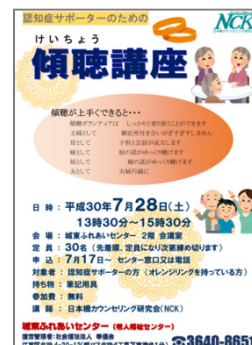


活動報告・情報交換 など

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傾聴講座** 今回の勉強会でも紹介している、NCKオリジナルの研修「傾聴講座」を7/28(土)に行います！対象は認知症サポーターの方たちです。ご参加可能な方は、ぜひサポートスタッフとしてご参加ください。研修の実践経験になりますよ！こちらがそのチラシです →
- 7月の勉強会** 次回(7/12)の勉強会は通常通りにカウンセリング実習を行います。7月後半の勉強会は、前々回(第168回)に撮影した実習映像を見てのふり返りを行います。いつもとは違う着眼点でふり返りを行うのも勉強になります。ぜひご参加を！
- 8月の勉強会** 8月の勉強会は8/9の1回だけです。別途、毎年恒例のNCK納涼会を企画していますので、ぜひご参加ください！
- 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掲載版では割愛させていただきます。

今後の予定

次回以降の予定です。ぜひご参加を！！

※ 毎月第2木曜・第4火曜日はNCKの勉強会です！

年間スケジュールはこちらに載せてます → <http://www.nihonbashi-counseling.org/>

**7月12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 4号室

**7月24日(火)** 19:00～21:00 テーマ：カウンセリング実習映像のふり返り  
 (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号室

**8月9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 4号室

※ 8月の勉強会はこの第2木曜のみの1回です。

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

NCKへのお問い合わせは → <http://www.nihonbashi-counseling.org/%E3%81%8A%E5%95%8F%E5%90%88%E3%82%8F%E3%81%9B/>

今回は、NCKオリジナルの研修プログラムである

### 「傾聴講座」(初級編)

の特徴や目的、プログラムの狙いなどをふり返り、7/28の講座に向けての話し合いを行いました。

この「傾聴講座」は、一般の方(カウンセリングなどを学んでいない方)向けに作成した、NCK独自の研修プログラムです。

「初級編」「中級編」の2つの基本プログラムがあり、過去に11回実施しています。(初級9回・中級2回)



勉強会の様子。ファシリテーターは水口と木村さんです。

まずは、これまでの実施例や、傾聴講座(初級編)の構成や狙いについてふり返りを行いました。概要はこんな感じです。過去の経緯などは、p. 3も参照ください。添付資料(※ 会員限定)に実際の資料などを載せています。

- ・ 時間は90～120分で実施。そのなかでダルマ体験1回・傾聴実習1回を行う。  
(対象者や講座の狙いによるバリエーションあり：仕事に活かす・介護支援 等)
- ・ 体験を重視。「傾聴する・してもらい・見る」の3つの立場を体験してもらい、ふり返りも行う。観察者の立場を経験してもらうのは意外に好評。ふり返りで使う用紙も配布する →
- ・ 講義部分は短く、シンプルにするよう配慮。「傾聴のNG行動」「受容・共感」の説明が基本。初めての人向けに分かりやすく。(例：「自己一致」は誤解を招く恐れもあるので、紹介しない)
- ・ 「受容」は自分(聴き手)の姿勢や態度という観点でポイントをまとめていて、「共感」は相手(話し手)の「どこで気持ちを感じるか?」という観点でポイントをまとめた。(見える部分を重視。フォローのために「傾聴マインド」の項目を入れている)

今回話し合った内容がこちらです。

#### ・ 前回の反省会(NCK-122)で出た意見

- ① ふり返りでは、できればスタッフからフィードバックを行う(各グループにスタッフが1名以上つける場合)  
「CO: 1分 → OB: 1分 → CL: 1分」 → 「CO: 1分 → OB: 1分 → CL: 1分 → フィードバック: 30秒」に変更。  
フィードバックはあまり細かいことは言わない方向で。(1～2 ほめ。1～2 アドバイスくらい)  
→ 次回は「傾聴4分 → 記入2分 → ふり返り(CO1分・OB1分・CL1分) → 段取り2分とする。  
段取りに時間がかかりそうなので長くした。この時間に、可能であればフィードバックを実施。
- ② CLから「どうしたらいいですか?」とアドバイスを求められたときの対処について、事前に説明しておくか?  
(「あなたはどう思いますか?」「私だったら～します。そう聞いてどう感じますか?」のような返し方で)  
→ CO側の注意事項を増やすのではなく、CL側に「アドバイスを求めないように」と伝えることにする。
- ③ 「話し手は気をつかわなくていい」ということを事前に強調しておいた方がいいかも?  
→ あまり注意事項を増やさない方向で。軽く伝えるぐらいにしておく?
- ④ 「傾聴のメリット」のところを配付資料にも入れる? → 配付資料レイアウトも考えて、次回は見送り。

#### ・ 今回出た意見

- ① 実習で話すテーマの指示の出し方はどうする?  
→ 「最近あった出来事」で「あまり重い話よりは軽めの話で」と伝える。休憩前のタイミングで伝えること。
- ② 次回の寸劇はどんな内容で?  
→ 2パターン。夫婦の会話と友人同士の会話で用意する。
- ③ できるだけ過去の質疑応答の内容(会報127号)にも目を通しておくこと。

次回実施は7/28。今後リハーサルを(勉強会とは別日に)行い、次回実施に向けて進めていきます!

## 編集後記

会報作成担当のコメント・つぶやき… などなど

前回の傾聴講座は2016年の3月なので、ちょっと久しぶりの感じですね。今回、あらためて過去の経緯や資料などを確認しましたが、初級編は9回も実施してるだけあって、かなり仕上がった内容になってます。NCK会員が外部の方向けに実施するのもOKですので(事前のご相談と事後報告はお願いしています)、ご希望があれば幹事にご相談を。【水口】

「傾聴講座」とは？ ・NCK で制作した、傾聴を学ぶための研修プログラム  
 ・一般の方(傾聴を学んだことがない方)が対象

初級編 90～120分 ダルマ体験1回 傾聴実習1回  
 対象者や講座の狙いによるバリエーションあり(仕事に活かす・介護支援 等)  
 体験を通じて「傾聴」を学んでもらう狙いで、「傾聴する・してもらい・見る」の3つの立場を体験してもらい、ふり返りも行う(ふり返り用紙も配布する)。  
 講義部分は短く、シンプルにするよう配慮。「傾聴のNG行動」「受容・共感」の説明が基本で、対象者・狙いに応じて内容を追加している。  
 「受容」は自分(聴き手)の姿勢や態度という観点でポイントをまとめており、「共感」は相手(話し手)の「どこで気持ちを感じるか？」という観点でポイントをまとめている。

中級編 (2回実施) 180分 傾聴実習2～3回。初級編受講済みの方が対象。

#### 活動実績 (会報で紹介した活動を記載。打ち合わせ等は別途実施)

日時	内容	初級 or 中級	時間	受講人数	会報 No.
2012 2/7	定例勉強会で傾聴講座プログラムを紹介・検討				NCK-34
3/24	『初めての方の傾聴講座』 開催場所：浜町スポーツセンター ファシリテーター：大井さん 小倉さん 水口	初級編	90分	15名	NCK-37
4/16	定例勉強会で傾聴講座中級編のプログラムを紹介・検討				NCK-38
6/9	『傾聴講座 中級編』 開催場所：浜町スポーツセンター ファシリテーター：水口 石井さん 柿本さん	中級編	180分	16名	NCK-40
11/24	『初めての方の傾聴講座』(2回目) 開催場所：北沢タウンホール ファシリテーター：木村さん 大井さん 恒藤さん	初級編	120分	28名	NCK-50
12/8	高崎商科大学公開講座 『初級 傾聴講座』 ファシリテーター：大井さん	初級編	120分	16名	NCK-51
2013 4/15	勉強会で傾聴講座中級編プログラムを紹介・検討				NCK-58
4/20	『傾聴講座 中級編』(2回目) 開催場所：北沢タウンホール ファシリテーター：佐藤さん 石井さん 大井さん	中級編	180分	13名	NCK-58
8/21	木村さんが職場の方向けに実施 同講座による接遇改善について第29回日本診療放射線技師学術大会で発表	初級編		7名	NCK-66
10/18	築瀬さんが所属先のNPO法人向けに実施	初級編		4名	NCK-69
12/14	高崎商科大学公開講座 『仕事に活かす傾聴』 ファシリテーター：大井さん	初級編	120分	9名	NCK-72
2014 12/13	高崎商科大学公開講座 『コミュニケーション力養成の傾聴講座』 ファシリテーター：大井さん	初級編	90分	11名	NCK-94
2015 2/12	長野県御代田町 生活・介護サポーター養成講座 『支援者のための傾聴講座』 ファシリテーター：水口	初級編	115分	48名	NCK-97
6/16	定例勉強会で『傾聴講座』の報告・ふり返り				NCK-105
2016 3/19	順天堂東京江東高齢者医療センター 『認知症サポーターのための傾聴講座』 ファシリテーター：木村さん 辰口さん 豊田さん	初級編	120分	19名	NCK-120
4/26	定例勉強会で『傾聴講座』の報告・ふり返り				NCK-122
6/28	定例勉強会で『傾聴講座』の質疑応答内容を検討				NCK-127