

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

- ・ **次回の勉強会** 4月2回目の勉強会(4/23)は「REBTライブ」と題して、REBT(論理療法とも呼ばれています)のデモンストレーションと講義を行います。講師はREBT心理士の資格を持つ石井さんです。貴重な機会ですので、ぜひご参加ください!
- ・ **NCK会員登録** 木村さんのメール[nck:809]でも案内のあったNCKの次年度会員登録の件、新規加入ご希望の方も現会員の方も、入力をお願いします!
 (こちらから → <https://chouseisan.com/s?h=dde62506598d4b26bf111b2348d7c9ff>)
- ・ **5月の勉強会** 5月前半の勉強会(5/9)はカウンセリング実習を行います。後半(5/21)は毎年恒例、1年のしめくくりのNCKの総会を行います!この1年間の活動のまとめや今後の活動計画についても話し合いますので、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ってます → <http://www.nihonbashi-counseling.org/>

NCKホームページの

QRコードです →



- | | | |
|-----------------|---------------------------------------|---|
| 4月23日(火) | 19:00~21:00
(19:30までに入ればポイントがつきます) | テーマ:「REBTライブ」(REBTについてのデモンストレーションと講義)
場所:人形町区民館 4号室 |
| 5月9日(木) | 19:00~21:00
(19:30までに入ればポイントがつきます) | テーマ:カウンセリング実習
場所:堀留町区民館 2号室 ※ いつもと場所が違うのでご注意ください! |
| 5月21日(火) | 19:00~21:00
(19:30までに入ればポイントがつきます) | テーマ:NCK総会(1年の活動をふり振り返り今後の進め方を検討します)
場所:人形町区民館 1号室 |

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

堀留町区民館 <http://mappage.jp/S/S04.php?X=2.4396601999993&Y=0.62280694999973&L=12&PKN=13102S040010>

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/>

今回はカウンセリング実習です。今回は昨年6/14の勉強会(第168回)と同様に、実習中のCOの様子を映像で記録しました。

通常の実習では他の人がCOをやる様子は見ることはできますが、自分自身がCOをやっているときは、どんなふうにカウンセリングをしているのか、姿勢やうなずきや身振り、表情などを見ることはできません。それを確認できるように、実習時のCOの様子を録画してみよう！という趣旨です。今回は2回目。前回と比べてどうなっているのでしょうか？

やり方はこんな感じ↓です。

- ・ 今回の参加者(8人)の全員が実習を行えるように10分程度の実習を人数分実施。
- ・ CL役も全員が交代で担当。
- ・ 相談内容は公開してもよい話、または架空の話(ロールプレイ)とする。
- ・ 導入部の挨拶、自己紹介、守秘義務の説明などはしっかり行う。
- ・ COからの挨拶は「おはようございます」で始める。(前回同様に声の周波数解析をやってみます)



撮影はこんな感じで行いました
(右の石井さんが撮影しています)

今回はカウンセリングの内容や進展よりもCOの態度や表情、声や動作の癖などに注目しており、通常のふり返りはしていません。観察者には下のふり返りシートにCOの印象や癖などを書いてもらい、COに渡してもらいました。

1. 当てはまる項目に○をつけてください。

明るい・元気がある・落ち着いている・さわやか・おだやか
礼儀正しい・真面目そう・やさしそう・親切そう・親しみやすい
オーラがある・信用できそう・頼りになりそう・プロ感がある・
一所懸命・気遣いがある

2. 特徴的な癖、仕草 (例：貧乏ゆすり、鼻を触る)



COの姿勢や身振りがわかるアングルで撮影しました
(実際の映像です)



観察者はCOの姿勢や表情、声などの印象を中心にしています

個人的には、2回目ということもあってか今回は観察者としてよく観察できたように感じます。姿勢の良さや表情から受ける印象などに注目していると、いつも以上に各COの姿勢や話し方の良いところが見えた気がします。普段は話の内容に気を取られて、見えていないのかもしれないですね。

また、前回の撮影時よりも全体に上手になっているようにも感じました。前回撮影したものを見ての反省点を踏まえて取り組んだからでしょうか？実習を撮影するのは思った以上に効果があるのかもしれない。

今回収録した動画のうち、それぞれがCOを担当した部分はご本人に順次お渡ししていく予定です(DVDでお渡しします)。前回の映像と比較して見てみるのもいいかもしれませんね。前回のように勉強会で動画を見ながらのふり返りを行うかどうかは未定ですが、できればやってみたいですね。

編集後記

会報作成担当のコメント・つぶやき… などなど

今回の実習は観察者としても勉強になった気がします。姿勢による印象の違いや話し方による印象の違いなど、前回よりも理解が深まった気がします。話は変わって、NCKの案内(チラシ)を更新しましたので次のページに載せておきます。ホームページ(の下の方)からダウンロードもできます。誰かに紹介するときにお使いください【水口】

あなたも参加してみませんか？

日本橋カウンセリング研究会のご案内

カウンセラーが勉強・情報交換・スキルアップする場です

日本橋カウンセリング研究会(略称 NCK)は、産業カウンセラーが学習・スキルアップと情報交換を行うことを目的とした会です。産業カウンセラー協会 東京支部からは会員学習グループとしても承認されています。合い言葉は「カウンセリングをもっと身近に」です。

カウンセリング実習によるスキルアップはもちろんですが、情報共有やお悩み相談の役に立っているという声も多いです。お気軽にご参加ください！

■ 日本橋カウンセリング研究会 概要 ■

活動日時： 月2回の勉強会を中心に活動しています(平日 19:00~21:00)
(2019年度は第2木曜日・第4火曜日を基本にしています)

活動場所： 人形町区民館などの中央区内の区民館が中心です。

活動内容： 各月1回目 ー 情報交換とカウンセリング実習
各月2回目 ー 情報交換とメンバーによる研究発表または事例検討

その他、不定期の特別勉強会や、一般の方に傾聴を伝える公開研究会、傾聴ボランティア活動などを行っています。

(2019年3月現在、勉強会184回・特別勉強会17回・公開研究会9回を開催)

メンバー： 19名 協力講師1名(2019年3月現在)
(2010年合格者を中心に、様々な経歴の仲間がいます)

参加費： 年会費 9,000円
ビジター参加(1回のみのご参加) 800円 / 回

■ ホームページからお問い合わせできます ■

日本橋カウンセリング研究会ホームページ
www.nihonbashi-counseling.org/

(または「日本橋カウンセリング研究会」で検索)

HP内に「お問い合わせ」のページがあります

ホームページの
QRコードです



お知り合いにNCK会員が
いる場合は、直接ご連絡を
頂いても構いません