

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

- ・ **特別勉強会と納涼会** 8/27(土)にNCKの夏のイベント、納涼会を行います！ 15:30から特別勉強会を行い、その後19:00集合で屋形船に乗ります。海鮮もんじゃを頂きましょう！  
 出欠登録をお願いします→ <https://chouseisan.com/schedule/List?h=60622f54d19043558bd9847b4266a9a0>
- ・ **7/26の勉強会** 7/26(火)の勉強会はNCKの活動のなかで金子さんに頂いたコメントやご指導をふり返り、カウンセリングの技術や理想のカウンセラー像について考える勉強会を行います。ぜひご参加ください！
- ・ **「いまここTOKYO」掲載** 「いまここTOKYO(7月号)」に石井さん、豊田さんの記事が載りました！  
 (日本産業カウンセラー協会 東京支部の機関誌です)
- ・ **ピジターご参加** 今回は唐崎さん(2回目)がご参加。遠藤さんは今回からご入会です！
- ・ **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 !!

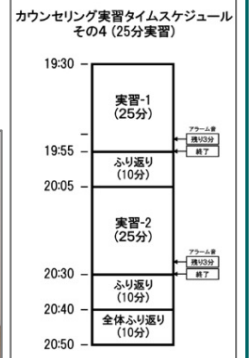
※ 毎月第2木曜・第4火曜日はNCKの勉強会です！(8月は1回です。年間スケジュールはこちら→ <http://www.nihonbashi-counseling.org/>)

- |   |                                 |   |
|---|---------------------------------|---|
| <b>7月26日(火)</b><br>(19:30までに入ればポイントがつきます) | 19:00~21:00                     | テーマ：「金子勝治先生を偲ぶ会(金子さんに頂いたご指導をふり返ります)」<br>場所：人形町区民館 4号室     |
| <b>8月10日(木)</b><br>(19:30までに入ればポイントがつきます) | 19:00~21:00                     | テーマ：カウンセリング実習<br>場所：堀留町区民館 1号室 (← いつもの人形町と違うのでご注意ください)    |
| <b>8月27日(土)</b>                           | 15:30頃 ~ 18:30<br>19:00集合~22:00 | 特別勉強会「コラージュワークと傾聴インタビュー」 場所：勝どき区民館3号室<br>NCK納涼会@海鮮もんじゃ屋形船 |
| <b>9月8日(木)</b><br>(19:30までに入ればポイントがつきます)  | 19:00~21:00                     | テーマ：カウンセリング実習<br>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>  
 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。3グループで実習(25分)を2回行いました。

1回目 CO: 武田さん 唐崎さん 遠藤さん  
2回目 CO: 辰口さん 水口 藤田さん



### 振り返りのコメント・感想など

【CO】「そうなんです」が多かった気がした。  
話が堂々めぐりになってしまったかも？

【OB】 価値観の違いについて聴いてもよかったかも？ CLが言う「嫌い」って、どういう意味か聞きたい。  
内心、対象者とうまくいきたいと思っている。そこを聴いていったらいいのでは？

【CL】 価値観の違いや、「うまくいきたい自分」に気づきがあってよかった。

【CO】 趣味の話の部分にフォーカスをしぼって聴いてみた。

【OB】 「人に評価されなければ落ち込んでしまう」「人の目が気になる自分」の部分をもっと聴いてもよかった。

なんでそんなに自信がないかを聴けばよかった。  
趣味って何かを掘り下げてもよかった。

これがCLのポイントとなる言葉かな？というところでくり返しを入れていたのが上手だった。

自分を含め、最近技法を意識して傾聴がおろそかになる傾向があるような気がする。

【CL】 自分で趣味の話に戻ってまとめようとしたかも？  
ていねいに聴いてもらったのがうれしかった。

話ながら、自分の事が整理できたと思う。

【CO】 変に考えると変な方向にいつちゃう気がして、あまり意識せず「寄りそって」という感じで聴いてみた。

【OB】 自然で、「聴いている」という感じがしてよかった。  
キャッチボールがうまくいってる感じだった。

質問の切り口が新鮮だった。

COは受けとめている感じがしてよかったと思う。

CLと比べてCOの声が小さかった。もう少し大きくした方がいいかも？

【CL】 一生懸命聴いてくれてる感じでよかった。

気持ちよく話して、一段落ついた感じ。今は特に感じないが、時間をかければ何かやり残したことが出てくるのかも？

【CO】 (話に出た)それぞれの人物に対してのCLの気持ちを確認しようと思って聴いていった。

質問が多かったかな？

【OB】 COは真顔で聴いてる感じのときがあった。CLを緊張させてしまうかも？

職場の人間関係の話で、まさに産業カウンセリング的なテーマ。具体的な選択肢を明確にしてみるのもいいかも？「〇〇に働きかけてみる」とか。

【CL】 「変な話してるかな？」と思いながら話してたかも？  
「このままじゃいけないかな」と思えた。

【CO】 CLは感情が整理できているようだったので、どうフォーカスしていけばいいか迷ってしまった。

CLの中で完結してる話かと思ったが、きっとまだある。質問して考えてもらう時間を作ってもよかったかも？

【OB】 CL独特の表現、たとえば「しゃくな感じ」をもっと深めてみるとよいのでは？

姿勢がよく前のめり気味で、CLの話に興味があるという感じが出てよかった。CLも話しやすかったのでは？

「〇〇さんは・・・」「〇〇さん自身が・・・」と主語を入れた聴き方がよかったと思う。

話が一区切りついたところで要約を入れたのが上手。

「はい」「はい」「〇〇だったんですね」といううなずき方が多いかな。バリエーション豊かにしてみてもいいかな？

CLから喪失感も感じられたので、今どんな気持ちなのか質問してみるのもよいかも？

【CL】 「話を聴いてもらっている」という感じがかった。

【CO】 CLの「苦手」だということについては伝わってきた。

再学習するきっかけになればと思い、いろいろ投げかけてみた。

【OB】 気持ちの鎮め方が上手だった。CLも別の視点が見えてきたのでは？

バリエーション豊かなうなずき方で、身振り手振りの表現も豊かでよかった。

これがCLのポイントとなる言葉かなというところで、くり返しを入れていたのが上手だった。

「～はどうですか」という提案の仕方が上手だった。

【CL】 感乱状態を冷静に聴いてくれた。わだかまり、もやもやもしっかり聴いてくれた。

COからの提案で、別の視点から考えることができた。

### 編集後記

会報作成担当のコメント・つぶやき… などなど

今回も参加人数が多く、充実した実習になりました。会報を編集しているとよく思うのですが、自分が参加していないグループのふり返りコメントも、読んでいると勉強になりますね。「これは自分も気をつけよう」と思うポイントがあったり、「これはどういう状況だったのか？」「自分ならどうするか？」と考えてみたり。次回の勉強会も過去の実習についてふり返ります。ぜひぜひご参加を！【水口】