

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

- ・ **次回勉強会** 次回、7/31(土)の勉強会はカウンセリングの基礎練習として有効な「閃く練習」のワークを行います。ぜひご参加ください！
- ・ **納涼会・特別勉強会** 例年通り8月は通常勉強会は1回にして(今年は8/5(木)です)、それとは別に8/21(土)に納涼会と特別勉強会を行います。特別勉強会では、豊田さんのメール[nck:953]でご紹介頂いたようにケアマネージャーさんに高齢者介護についてお話し頂きます。納涼会の企画も別途ご連絡します。ぜひぜひご参加を！！
- ・ **次回の会報** 次回(7/31)とその次(8/5)の勉強会の日程が近いため、この2回分で会報をまとめて発行する予定です。ご了承ください。
- ・ **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 !!

※ 通常、毎月第2木曜・第4土曜日が基本ですが、日程を変更する場合があります。
(基本のスケジュールはHPに載せてあります → <http://www.nihonbashi-counseling.org/>)

NCKホームページのQRコードです →



7月31日(土) 15:00～17:00 テーマ：「閃く練習」のワーク
(1時間半以上の参加でポイント申請します) 場所：リモート開催(Zoom 使用)

8月5日(木) 20:00～22:00 テーマ：カウンセリング実習
(1時間半以上の参加でポイント申請します) 場所：リモート開催(Zoom 使用)

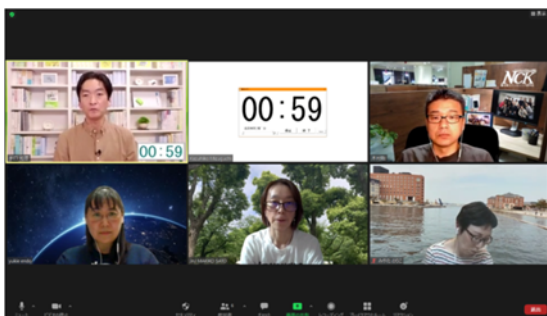
8月21日(土) 15:00～17:00 特別勉強会：高齢者介護について
(1時間半以上の参加でポイント申請します) 中央区立特別養護老人ホーム ケアマネージャー 袴田智子さん
場所：リモート開催(Zoom 使用)

※ リモートでの勉強会にもビジター参加して頂けます！ ご希望の方はHPのご参加受付から、または直接メールでご連絡ください。

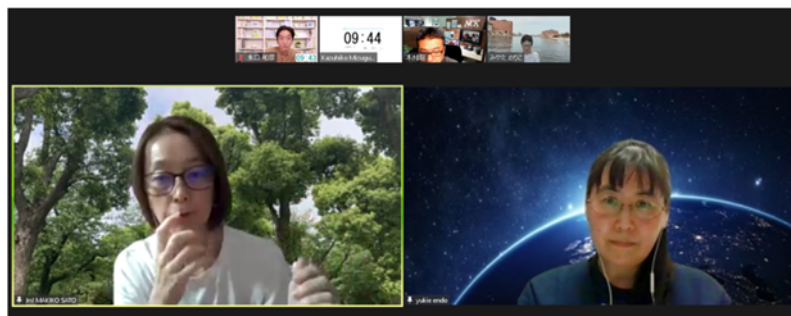
NCKへのお問い合わせは → <http://www.nihonbashi-counseling.org/%E3%81%8A%E5%95%8F%E5%90%88%E3%82%8F%E3%81%9B/>

今回はリモートでのカウンセリング実習。前半は5人(後半4人)参加で、実習22分、ふり返りを10分を2セット行いました。

1回目CO: 佐藤さん 2回目CO: 水口



5名参加。ふり返りをしているところです。



実習の様子。「ピンを追加」機能でCOとCLが並んで表示されています。自分がOBをするときには、この表示方法がおすすめです。

振り返りのコメント・感想など

【CO】 CLが「枠」を超えてほしい、どんどんチャレンジしてほしいという想いで、そのきっかけを作るカウンセリングができればいいと思ったけど、できなかった。

【OB】 基本的にキャリアカウンセリングの感じだった。攻めの質問もよかったのでは？ CLが振り返るのに役に立ったと思う。

キャリアカウンセリング的だった。振り返りも含めて「(CLが)「枠」を作っている」というCOが印象的だった。そういったキャリアカウンセリングもありかな。「しょうがない」「やめたい」や、(過去のいきさつに)後悔してるところをもう少し聴いてもよかったかも。

COが聴いている表情などよかった。親身感あった。ただ「CLの力になりたい(CLが変わってほしい)」という想いが出過ぎていたかも？

→ 金子先生の「Coは何とかしてあげたいと思うな」を思い出した

CLが言った「当てにされてないというのはわかった」という言葉は、そのままにできないと思った。そのまま受けとめると「当てにされてない」が事実のようになってしまうので、「当てにされていないと感じているんですね(いるんですか?)」と、言葉を選んで伝え返したい。

【CL】 この話、ようやく誰かに全体を話せた。自分としてはようやく一区切りついたかな。自分のことを「無能」と悪い方にばかり考えていたのかな。COはあえて直接言わなかったけど、「そうじゃないよ」という思いがあるのは伝わってきた。背中を押してくれようとしているのがわかった。

「彼女は(その役職に)ふさわしくない？」という質問に考えるものはあった。「どうなれば報われる？」という質問も考えるきっかけになった。

【CO】 CLがよく話してくれていたの、笑ったりあきれたりしながら、ただ聴いている感じだった。ただ、その中で「自分をすり減らされることが多くて大変ですね・・・」という思いが伝わるように意識していた。

COの「カサカサ」「ガサガサ」という表現に、すり減っている気持ちを感じたので、あとでその言葉を使って伝え返してみた。

【CO】 CLが気持ちよく話している感じだった。

CLによく共感できていた。CLは気持ちよさそうに話していた。うなずきのバリエーションが豊富だった。「聴いてる感」があった。

COのづぶちがよかった。伝え返しがいつもより控えめで「気持ちよく話してもらう」ことに徹していたことがわかった。

COが「これは私の意見ですが」と伝えたところも効果があったのでは？

【CL】 気持ちよく話げできた。普段はなかなかこの話ができないので、思いきり話せてスッキリした。

「それはちょっと変ですね」と言ってくれてよかった。

【Zoomにおける注意点】

相手の映像が止まったときにも動じないで、姿勢を崩さないように意識した方がいいと思う。あたふたしてしまうと、その様子が相手に(少し遅れて)見えている場合があるから。そうなると話がぶれてしまう。

ちなみに・・・ Zoomは音声途切れた場合でも内容は失われていないことが多い。つながった後に(途切れていた部分が)早回しで再生されるようになっているので、落ち着いて聴けば話の内容は途切れず聴ける。

編集後記

会報作成担当のコメント・つぶやき… などなど

最後に書いてますが、Zoomで相手の映像と音声止まっても、ほとんどの場合に音声の内容は失われず再生されます(閃きの練習のビデオの編集をしていて気がつきました)。ですから、「話が切れてた間にCLは何を話してたんだろう」と焦る必要はないんです。よく出来てるなあ・・・。【水口】