

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(6/25)は、カウンセリング・ケーススタディ(輪読による事例検討)を行います。今回の題材は『そうだ！相談に行こう!!』の事例8(p.84)です。
- ・ **傾聴講座** NCKオリジナルの講座「傾聴講座」を今年も行います！(ちなみに昨年の講座は会報Vol.171で紹介してます)日程は8/24(土)で、NCKの納涼会の前。皆さんぜひご参加ください！ファシリテーターの立候補も待ってます。
- ・ **2018年度ポイント** NCKでの2018年度(164回～186回)の勉強会のポイントが付与されたとの連絡を頂きました。会員マイページで確認してみてください。
 (JAICO会員マイページ：<https://member.counselor.or.jp/asp/login.aspx>)
- ・ **200回記念講演** 200回記念講演会の日程を入れたNCKのチラシを作りました(会場などは今後連絡します)。p.3に添付しますので、ぜひお知り合いにご紹介を。
- ・ **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 →



6月25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：カウンセリング・ケーススタディ(輪読による事例検討) 場所：人形町区民館 4号室
7月11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：人形町区民館 4号室
7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：研究発表 ロジャーズのカウンセリング ～今だからわかるその真価～ 場所：人形町区民館 4号室

場所詳細： 人形町区民館(中央区日本橋人形町2丁目14-5) <https://goo.gl/maps/iNQRfz9eos6oYd5r8>

← Google マップの
 共有リンクです

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。2グループで25分の実習を2回行いました。

1回目CO：紙田さん 岡本さん 2回目CO：宮田さん 水口



振り返りのコメント・感想など

【CO】質問して掘り下げるのではなく、CLの話の流れを尊重して伝え返しを中心に行った。途中、質問しようかと思うところもあったが、話がそれると思い、あえて質問しなかった。

【OB】うなずきが深く大きかった。「こういうことですか」と要約をはさむことで、「しっかり聴いています」とCLに伝えることができていた。

うなずきは「はい」「うん」が続いていたので、もっとバリエーションがあってもいい。手が固定した状態だったので、もっとリラックスしてもよいのでは？

【CL】「こんなにしゃべって大丈夫かな」と思った。もっと要約を入れてもらってもよかったかも知れない。COが聴いてくれていたので自分を別の視点で見ることができて整理ができた。

【CO】うなずきのバリエーションには気をつけた。前半は要約を入れられたが、後半は入れられなかった。CLの気持ちをCOから言って先走ってしまい、途中グダグダだった。質問していいのか迷ったものもあった。CLの言葉の裏側は何だろうと考えてはいたが、先走ってしまったのが反省点。

【OB】気持ちの言葉のくり返しをはさみながら要約ができていた。身振り手振りも加わって、しっかり聴いていた。発する言葉もはっきり聞こえていた。

CLに別の仕事が入ってくるとどんな最悪のことが起こると想像しているのか、については確認したい。

【CL】気持ちを聴いてもらってスッキリした。

【CO】感情が出せないというCLの体験と、その背景にあるつらさやとまどいを聴かせてもらった。自分も似ている関係を体験しているため共感して聴いたけど、聴くだけになっちゃったかな？ もっとうまく応答したい。途中で突拍子もない質問をしてしまったかも？ 話の流れを変えてしまったかなと気になっている。

【OB】聴くペースが一貫して落ち着いていたのは、ぶれなくて誠実な感じがした。最初はとりとめのない話題から始まったが、徐々に変わってきた。COのそのペースに引っ張られたから内容が深まったのかも？

「大変でしたね」など労いの言葉があってもよかった。

【OB】COは落ち着いて聴く感じでよかったが、もう少しリアクションが大きくてもいいと思う。「うんうん」などのあいづちの声大きい方がしっかり聴く感じが伝わる。

中盤の厳しい状況の話になったところは「大変」だと伝える方がいいと思う。またCLが「がまんしている」ことを伝え返すといいと思う。突拍子もない質問というのは「ご兄弟は？」というリソースの確認かな？ 早い段階ならいいけど、タイミングが変だったかも？

【CL】「こんなことがあった」「よくわかんないですね」ぐらいの話のつもりだったが、話してるうちに自己探求的になってカウンセリングらしくなったのを感じた。

COは落ち着いたペースで聴いてくれてよかったが、ずっとそうだと物足りないかも？ COが「大変」という言葉を代弁してくれるとよかったかも？ そういう働きかけがあるともっと深いところに入ったのかも？ (※ ちなみにCLは実習中「大変」という言葉は言ってません)

「ところでご兄弟は？」という質問はよく受けるけど、今回はちょっと唐突な感じがあったかも。その前に「おひとりで大変そうですね」と要約する流れを作ってから質問だったら自然だと思う。

【CO】話に出てきた人について「ありえない」と感じたことはストレートに表現してみた。笑ってしまうところが多かったので、笑いすぎ、ふざけすぎな感じがしないかちょっと気になった。最後にCLがどうしたいのかが見えたのはよかった。

【OB】よく共感的に反応していたと思う。CLと一緒に「あきれる」感じを伝えたのはよかったのでは？ リアクションの大きさ、バリエーションなどよかったと思う。

CLが「自分じゃない自分」に嫌だと感じているのは苦しい状況なんじゃないかな？ ここを深めるか、「それは大変」というのをもっと伝えてもいいかも

エピソードが多かったのは、もっと言いたかったからなのか、伝わってない感じがあったからなのか？ 25分で今後のことまで出てきたのはよかったのでは？

【CL】毎日事件が発生する状況で、言い足りない(ふだん言えてない)ことがあるのかな？ 一緒にあきれてくれたので、いろいろエピソードが出てきた感じ。

自分の中でも混乱してる部分があることがわかった。だから話にまとまりがなかったんだと思う。

編集後記

会報作成担当のコメント・つぶやき… などなど

傾聴講座や200回記念講演など、今年度もいろいろイベントがあって楽しみです。傾聴講座はNCKでこれまで何度も実施して改善してきた講座です。サポート役をするのも、ファシリテーターをやるのもいろいろ勉強になりますので、ぜひご参加ください！ 200回記念の講演は2つ予定しています。次のページも見てください！ 【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

産業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！

勉強会実施200回記念に、有名講師を招いての講演会を行います！

会場が決まりしだい、下記の日本橋カウンセリング研究会HPなどでご連絡致します

青木羊耳先生 講演会 2019/12/14 (土) 14:00～16:00

下園壮太先生 講演会 2020/ 1 /21 (火) 19:00～21:00

(19:00～19:30は情報交換会を行います)

■ 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

■ ご参加はお気軽に！ ホームページからも開催予定などを確認できます ■

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内の「お問い合わせ」ページから
お問い合わせもできます

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