

フォーカシングをベースにした ピアカウンセリング講座(2)

第1部 | 理論

カウンセリングでは、傾聴すること(聴くこと)が大事であると言われていますが、カウンセラーは聞きながら、黙って聴いているのでしょうか。カウンセラーが黙って、ひたすら聴いていて何も反応してくれなかったら、クライアントは物足りないと感じるのではないのでしょうか。それではカウンセラーは自分の意見を言って、クライアントと議論をするのでしょうか。それでクライアントは自分の話を聴いてもらえたと感じることができるのでしょうか。ロジャーズ、ジェンドリンはリフレクション(伝え返す)をしながら、クライアントの話を聴くことを重視します。オウム返しと批判されることがありますが、ロジャーズはリフレクションを testing understanding(自分の理解が合っているかを確認する)のために行うと言っています。第1部ではこうした理論を学びます。

第2部 | 体験学習

第2部では、実際にピアカウンセリングの体験をしてみましょう。お話する内容は日頃感じている気がかりや心配事など、その時に相手に聞いてもらいたいと思ったことを自由にお選びください。カウンセラーが黙って聴く場合と、リフレクションをしながら聴く場合で、どのような違いがあるかを実際に体験してみましょう。

・講師・

さかい くみよ
酒井 久実代

和洋女子大学人文学部心理学科教授

3月19日(金) 午前10時~12時

会場:① 三鷹ネットワーク大学 ② オンライン(Zoom)

定員:① 15人(先着制) ② 5人(先着制)

受講料: 無料

②はご自身でオンライン会議アプリZoomをご用意ください。



お申し込み・お問い合わせ

三鷹ネットワーク大学推進機構

申込期間▶2月24日(水)9:30~3月18日(木)21:00

①はホームページ、または申込書をFAX、郵送、窓口のいずれかで三鷹ネットワーク大学へ、②はpeatixからお申し込みください。

PeatixのQRコードはこちら▶

Peatix <https://peercafe20210319.peatix.com>

FAX 0422-40-0314 お問い合わせ電話 0422-40-0313

ホームページ <https://www.mitaka-univ.org/>

郵送先 〒181-0013 三鷹市下連雀 3-24-3 三鷹駅前協同ビル 3階

地域ケア	フォーカシングをベースにしたピアカウンセリング講座 (2)	D203 4000
------	--------------------------------------	--------------

講座趣旨	講座開催概要																		
<p>今年度、ピアカウンセリング研究会は「がん哲学外来ピア・カフェ at 三鷹ネットワーク大学」を開催してきましたが、今回は、「フォーカシングをベースにしたピアカウンセリング講座」を開講します。</p> <p>ピアは仲間、対等な立場の人を指す言葉です。本講座ではカウンセラーとクライアント（相談をする人）という役割を固定せずに、お互いに両方の役割を交互に担いながら、相互理解を深めていくコミュニケーション活動をピアカウンセリングと定義します。フォーカシングはカウンセリングを深めることを目指す技法です。</p> <p>ピアカウンセリングは日常生活に活かすことができ、精神的な健康を守る効果が期待できます。カウンセリングの理論や方法に関心をお持ちの方のご参加をお待ちしています。</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">日程</td> <td>令和3年3月19日(金)</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">時間</td> <td>午前10時～正午</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">定員</td> <td>①三鷹ネットワーク大学 15人 ②オンライン 5人（それぞれ先着制）</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">回数</td> <td>全1回</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">受講料</td> <td>無料</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">教材</td> <td>レジュメ資料 ほか</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">難易度</td> <td>★☆☆</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">会場</td> <td>①三鷹ネットワーク大学 ②オンライン (Zoom) ご自身でオンライン会議アプリ Zoom をご用意ください。</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">申し込み</td> <td>① <input type="checkbox"/> Web <input type="checkbox"/> 窓口 <input type="checkbox"/> FAX <input type="checkbox"/> 郵送 ② <input type="checkbox"/> Web Peatixからのお申込みです。 https://peercafe20210319.peatix.com 申込期間: 2月24日(水)午前9時30分 ～令和3年1月21日(水)午後8時</td> </tr> </table>	日程	令和3年3月19日(金)	時間	午前10時～正午	定員	①三鷹ネットワーク大学 15人 ②オンライン 5人（それぞれ先着制）	回数	全1回	受講料	無料	教材	レジュメ資料 ほか	難易度	★☆☆	会場	①三鷹ネットワーク大学 ②オンライン (Zoom) ご自身でオンライン会議アプリ Zoom をご用意ください。	申し込み	① <input type="checkbox"/> Web <input type="checkbox"/> 窓口 <input type="checkbox"/> FAX <input type="checkbox"/> 郵送 ② <input type="checkbox"/> Web Peatixからのお申込みです。 https://peercafe20210319.peatix.com 申込期間: 2月24日(水)午前9時30分 ～令和3年1月21日(水)午後8時
日程	令和3年3月19日(金)																		
時間	午前10時～正午																		
定員	①三鷹ネットワーク大学 15人 ②オンライン 5人（それぞれ先着制）																		
回数	全1回																		
受講料	無料																		
教材	レジュメ資料 ほか																		
難易度	★☆☆																		
会場	①三鷹ネットワーク大学 ②オンライン (Zoom) ご自身でオンライン会議アプリ Zoom をご用意ください。																		
申し込み	① <input type="checkbox"/> Web <input type="checkbox"/> 窓口 <input type="checkbox"/> FAX <input type="checkbox"/> 郵送 ② <input type="checkbox"/> Web Peatixからのお申込みです。 https://peercafe20210319.peatix.com 申込期間: 2月24日(水)午前9時30分 ～令和3年1月21日(水)午後8時																		

フォーカシングをベースにしたピアカウンセリング講座 (2)	
3月19日	<p>第1部 理論</p> <p>カウンセリングでは、傾聴すること（聴くこと）が大事であると言われてはいますが、カウンセラーは頷きながら、黙って聴いているのでしょうか。カウンセラーが黙って、ひたすら聴いていて何も反応してくれなかったら、クライアントは物足りないと感じるのではないのでしょうか。それではカウンセラーは自分の意見を言って、クライアントと議論をするのでしょうか。それでクライアントは自分の話を聴いてもらえたと感じることができるのでしょうか。ロジャーズ、ジェンドリンはリフレクション（伝え返す）をしながら、クライアントの話を聴くことを重視します。オウム返しと批判されることがありますが、ロジャーズはリフレクションを testing understanding（自分の理解が合っているかを確認する）のために行うと言っています。第1部ではこうした理論を学びます。</p> <p>第2部 体験学習</p> <p>第2部では、実際にピアカウンセリングの体験をしてみましょう。お話する内容は日頃感じている気かりや心配事など、その時に相手に聞いてもらいたいと思ったことを自由にお選びください。カウンセラーが黙って聴く場合と、リフレクションをしながら聴く場合で、どのような違いがあるかを実際に体験してみましょう。</p>

講師紹介（敬称略）
<p>酒井 久実代（さかい くみよ） 和洋女子大学 人文学部 心理学科 教授</p> <p>立教大学大学院文学研究科心理学専攻博士後期課程満期退学。博士（臨床心理学）。北海道教育大学保健管理センター助教授、日本女子体育大学教授を経て、現職。臨床心理士、公認心理師として主に教育分野で臨床実践を積む。国際フォーカシング研究所認定フォーカシング・トレーナーとしてフォーカシングの普及活動を行っている。</p>

※ 三鷹ネットワーク大学では、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するための対策を実施しています。詳しくは三鷹ネットワーク大学のウェブサイトをご確認ください。

D34 フォーカシングをベースにしたピアカウンセリング講座 (2) 申込用紙

受講者 番号	E から始まる数字 6 ケタをご記入ください。 E _ _ _ _ _ _	申込日	令和	年	月	日
名前	フリガナ	電話番号				

※申込欄に○をご記入ください

申込欄	講座タイトル・講師・講座日程	受講料	受付印
	<p style="text-align: center;">フォーカシングをベースにした ピアカウンセリング講座 (2) 講師：酒井 久実代 (和洋女子大学 人文学部心理学科 教授) 令和 3 年 3 月 19 日 金曜日 午前 10 時～正午 【実地受講 (三鷹ネットワーク大学)】 [D2034000]</p>	無料	

この講座をどこでお知りになりましたか？ (該当するものに○を1つだけご記入ください)

- | | | |
|---------------------|----------------|------------|
| 1. 三鷹ネットワーク大学ホームページ | 5. 学内ポスター・チラシ | 9. その他 () |
| 2. ダイレクトメール | 6. 講師・教職員よりの紹介 | |
| 3. 三鷹市広報 | 7. 友人・知人よりの紹介 | |
| 4. ポスター・チラシ | 8. 新聞記事等 | |

※ファックスでお送りいただく場合には、着信確認のためのお電話をお願いいたします。

電話：0422(40)0313 ファックス：0422(40)0314

[郵送での申込]〒181-0013 三鷹市下連雀 3-24-3 三鷹駅前協同ビル 3 階 三鷹ネットワーク大学事務局

【ご受講について】

新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、下記のとおり対応します。

●お申し込みについて

お申し込みは講座前日 (前開館日) の 20 時 (日曜日は 17 時) で締め切ります。当日のお申し込みは受け付けません。(一部の講座は除く。)

●受講料のお支払いについて

受講料は、講座の当日窓口でお支払い (電子決済または現金) いただくか、お支払いのご案内等に沿って事前にお支払いください。

●受講のキャンセルについて

- 講座申し込み後にお客様の都合により受講をキャンセルする場合は、至急事務局まで電話でご連絡ください。
- 一度申し込んだ講座を別の講座に変更することはできません。申し込み済みの講座をキャンセルしてから、再度希望の講座にお申し込みください。ただし、講座申し込み期間内のみ受け付けます。

●受講資格について

受講は原則としてお申し込みされた本人のみとさせていただきます。