

	カテゴリー	タイトル	概要
1. 4/12 (水)	傾 聴 と は	日常会話かみ合っていますか？	<ul style="list-style-type: none"> • 聞いているようで聴いていない • 会話はキャッチボール • かみあう会話とは
2. 4/26 (水)		聞くと聴くのちがい	<ul style="list-style-type: none"> • 話を早わかりしない • 最後まで聴く • 相手の身になる
3. 5/10 (水)		気持ちを聴く	<ul style="list-style-type: none"> • 事柄と感情 • 針と糸 • 言わんとしていることを理解する
4. 5/24 (水)		アクティブリスニング	<ul style="list-style-type: none"> • じゃがいもの芽 • 気持ちを受けとめる • 鏡になる
5. 5/31 (水)		聴いてもらうとどうなるの？	<ul style="list-style-type: none"> • ハルムの心の欲求 • 人が変わるとき • 信頼するということ
6. 6/7 (水)	自 分 を 知 る	自分らしさ	<ul style="list-style-type: none"> • 自分の気持ちを知ってますか？ • 感情は等価値 • ハーフムーン
7. 6/14 (水)		私とあなた	<ul style="list-style-type: none"> • 自分の枠組み 相手の枠組み • 相手も自分も大切に • みんなちがってみんないい
8. 6/28 (水)		正直であること	<ul style="list-style-type: none"> • 共感すること • 受容すること • 自分に正直であること
9. 7/5 (水)		人と人との関わり	<ul style="list-style-type: none"> • ジョハリの窓 • 他者と関わる
10. 7/26 (水)		こころのしくみ I am OK. You are OK.	<ul style="list-style-type: none"> • 自己肯定 • 他者受容 • あるがまま

NPO法人傾聴グループ ぬくもりほっとらいん

当団体は傾聴を基本にやさしい社会づくりを目的とした電話相談・学習会等の活動をしています。

事務局：習志野市袖ヶ浦6-9-2 TEL/FAX 047-451-7300

H P : <http://www.nukumorihotline.org/>