≪　2024年度　傾聴入門講座　≫　　2024年5月15日～2024年7月31日

	ｶﾃｺﾞﾘｰ	タイトル	概　要
1. 5/15 （水）	傾聴とは	日常会話かみ合っていますか？	・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. 5/22 （水）		聞くと聴くのちがい	・話を早わかりしない ・最後まで聴く ・相手の身になる
3. 5/29 （水）		気持ちを聴く	・事柄と感情 ・針と糸 ・言わんとしていることを理解する
4. 6/5 （水）		アクティブリスニング	・気持ちを受けとめる ・相手の物語として聴く ・フィードバック（鏡になる）
5. 6/19 （水）		聴いてもらうとどうなるの？	・ハルムの心の欲求 ・じゃがいもの芽 ・人が変わるとき
6. 6/26 （水）	自分を知る	自分を好きになる	・自分の気持ちを知っていますか？ ・感情は等価値 ・ハーフムーン
7. 7/3 （水）		私とあなた	・自分の枠組み　相手の枠組み ・相手も自分も大切にする ・みんなちがってみんないい
8. 7/17 （水）		ロジャーズのカウンセリング理論	・受容　共感　一致　伝達 ・自分に正直であること
9. 7/24 （水）		人と人との関わり	・他者と関わる ・ジョハリの窓 ・ハリネズミの距離
10. 7/31 （水）		こころのしくみ I am OK.　You are OK.	・自己受容 ・他者受容 ・あるがまま

※各回の内容は変更になる場合があります。

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：千葉市若葉区桜木北2-26-30　　TEL　070-4369-7269　FAX　043-214-8397
ホームページ　http ://www.nukumorihotline.org/