

# 「傾聴の基本 5ステップレッスン」

平日コース  
後期

カウンセラーとしてだけでなく、日常の職場や家庭などでのコミュニケーションや自己理解にも役立つ内容です

●Step 1 態度関わり方	11/01(木) 19:00 ~21:00	話しを聴く際の体の姿勢、表情、視線、相槌・頷きなど基本的な動作を確認します。ビデオを撮影して、ご自分で確認していただけます。(ビデオは自分しか見ません) また、傾聴において「やってはいけないこと」を学びます。【ポイント：3P 記録】
●Step 2 事柄について	11/15(木) 19:00 ~21:00	傾聴では、感情を大切に扱いますが、感情を理解するためには、まず事柄を正確に理解しなければなりません。事柄を構成する要素を確認し、何に注目して理解すればよいかを学びます。【ポイント：3P 記録】
●Step 3 感情について	11/29(木) 19:00 ~21:00	傾聴のエッセンスとなる「共感的理解」を相手に伝えるということは、「感情の言葉を探す」「感情を言い当てる」ということではなく、「自分の体験に照らして理解する」ことである、ということ学びます。【ポイント：3P 記録】
●Step 4 価値観について	12/13(木) 19:00 ~21:00	相手が大事にしていることは、その人の判断基準や生きていくうえでの指針となるもので、価値観、信条、願望、期待、こだわり、などのことです。相手が大事にしていることをどうやって理解するかを学びます。【ポイント：3P 記録】
●Step 5 質問について	12/27(木) 19:00 ~21:00	「傾聴では質問をしてはいけない」と誤解されることがありますが、質問は傾聴の技法のひとつに位置づけられています。どういう質問がよくないのか、どのようなときに質問が有効なのか、を学びます。【ポイント：3P 記録】
●総合演習 (逐語用録音)	1/ 10(木) 19:00 ~21:00	Step 1～5 で学んだことを踏まえて、15～20 分程度の面接を行い、録音(録画)します。録音したものは逐語記録に起こし、後日希望者で逐語検討を行います。(希望日程で設定する予定です。受講料は別途となります。)【ポイント：3P 記録】

## 会場

一般社団法人 日本産業カウンセラー協会  
上信越支部 長野事務所 3階研修室

住所：長野市南県町1041-3 新建新聞第3ビル3F

※駐車場はありません。最寄りの有料駐車場をご利用ください。

【受講料】 非会員：17,280円 会員：14,580円 (各回 3P 記録)  
(税込み)

【定員】 8名 (先着順で6名以上にて開催/申込み〆切は10/25(木))

### 講師紹介

小林 健洋 (こばやし たけひろ) 氏

一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 上信越支部 副支部長

企業の人事にて就労する傍ら、2001年より産業カウンセラー養成講座にて実技指導者をつとめ、現在は長野地区の教室長、長野事務所の所長も兼任する。シニア産業カウンセラーとしてセミナー講師や松本大学でのキャリア相談など活躍の場は幅広く、豊富な指導実績にもとづく講義は大変わかりやすいと評判をよんでいる。

※イメージ図です



お問い合わせは  
こちらまで

(一社) 日本産業カウンセラー協会 上信越支部 長野事務所  
TEL：026-237-2010 FAX：026-217-0464  
✉ nagano@jaico-jse.jp (受付：平日9:00-17:00)

