

[TOP page](#)[資料室](#)[イベント情報](#)[講師を探す](#)[Worker's 広場](#)[関連リンク](#)

資料室

[HOME](#) | [資料室](#) | [一般教養](#) | [傾聴](#) | [傾聴トレーニング \(2\)](#)[労働組合](#)[労働者福祉・共済](#)[一般教養](#)[社会保障](#)[労使トラブル法律相談Q&A](#)[労働関係法](#)[経営全般](#)[人間関係とコミュニケーション](#)[ライフプラン](#)[男女共同参画](#)[公務員関係法](#)[日朝の歴史](#)[7つの習慣](#)[中東の歴史](#)[ボランティア活動](#)[環境活動](#)[社会貢献活動](#)[自己啓発](#)[生涯学習](#)[外交・防衛問題](#)[資本論](#)[教育カリキュラム](#)[日本国憲法](#)

傾聴トレーニング (2)

「ほんものの傾聴」はどのようにすれば身につくのか？
諸富祥彦先生は、「傾聴の5ステップ式トレーニング」を推奨している。

第1ステップ

ころをこめて、ただひたすら 聴く

(2) 聴くときのからだの姿勢

一般に、カウンセラーは、軽く前屈した姿勢で聴くのがよいとされている。しかし実際には、クライアントによって感じ方は異なる。前傾姿勢で聞くと、少し迫ってくるように感じて、もうちょっと距離をとって欲しいと思う人もいる。逆にもっと前傾姿勢で聴いて欲しい、という人もいる。これも人さまざまだ。腕を組まれたらいやだ、という人は圧倒的に多い。けれども足は組んでもいい、という人は半分くらいいる。これも人さまざまだ。

(1) でつくった二人一組で再度じゃんけんをする。勝った方が話し手、負けた方が聴き手。聴き手の人は、腕組みをしたり、足を組んだり開いたり、いろいろな姿勢をとってみる。それぞれにどう感じるかを、話し手に聞いてみよう。3分ほど経ったら、役割を交代する。

カウンセラー自身もリラックスした姿勢で聴くことも大事である。

資料に関する解説やサイト内ブックマーク、簡単なクイズもできる無料会員登録のお申し込みはこちらになります。

Worker's Library 会員登録**お申し込みはこちらです。**[>>一覧へ戻る](#)

傾聴

語り部スキル

🔍 キーワード検索はこちら

🔍 サイトマップ 🔍 このサイトについて 🔍 個人情報保護の取組みについて

🔍 ページTOPへ

TOP page

資料室

イベント情報

講師を探す

Worker's広場

関連リンク

Worker's Library 静岡で働く人のための資料閲覧サイト
JAPANESE TRADE UNION COFEDERATION DB SITE 【ワーカーズ・ライブラリー】

Copyright© WORKER'S LIBRARY All rights reserved.