

[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](#) | [傾聴のトレーニング \(16\)](#)
[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](#)

### 傾聴のトレーニング (16)

#### 第5ステップ

「聴き手の内側深くから発せられた言葉が、話し手に大きな気づきをもたらす傾聴」の練習

#### インタラクティブ・リスニング (後半)

カウンセラーのメタスキルを自覚的に高めていくワーク

- 1、二人一組で「話し手」と「聴き手」を決める。
- 2、「話し手」は、「今、少し気がかりなこと」「今、ちょっと困っていて、自分がどうすればいいか、自分の気持ちを確かめたいこと」について15分語る。
- 3、「聴き手」はこれまで学んだすべての力を発揮して、全力で傾聴する。
- 4、終わったら、一呼吸ついて、「聴き手」は目をつむり、「今、傾聴していたときに、自分の内側の深いところには、どのような願いや思いが存在していたか」、自分の内側でいてねいと感じ取り、確かめる。
- 5、「聴き手」は、自分の内側の深いところで抱えている、その思いや願いを感じながら、それにぴったりのポーズ（姿勢）を見つけて、実際にその姿勢をとってみる。
- 6、(5)のポーズの背後にある願いや思いを、それにぴったりの言葉にしていく。
- 7、「聴き手」と「話し手」で、それぞれのポーズや言葉に込められている自分の「思い」や「願い」、そしてそれがどのようなかたちで自分自身の傾聴の姿勢として表現されているかを語り合い、分かち合う（シェアリング）。

#### メタスキル

ふだんはないがしろにされがちな、カウンセラー自身が自分の深いところで抱えている「思い」「願い」

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.