

カウンセリングの手法から学ぶ

実践傾聴講座 (全6回 少人数制)

この講座を通して、あなたの周りの大事な人の理解を深めることやコミュニケーションの幅を広げるテクニックを身に着けませんか？

こんな方におススメ！！

- ◆コミュニケーションが苦手
- ◆人の話を聞くのが苦手
- ◆家族の考えていることがわからない
- ◆悩みを抱えている人の気持ちを汲む方法がわからない 等

人は誰でもわかってもらいたいという気持ちを持っています。

傾聴は相手の本音を引き出し理解するだけでなく相手にとっても気づきのきっかけとなります
また、セルフカウンセリングとしても有効です。

本講座では、傾聴の基本を学び、実践を重視してロールプレイ等の演習を組んでいます

- 場 所： ここからねっとルーム（町田市森野2丁目10-5 モリノコタン101）
講座日程： 2/1、2/15、3/8、3/22、4/5、4/19（全6回）土曜日開講
時 間： 14：00～16：30
受講費用： 19,800円（全6回分）（講座開講記念に付き 特別価格）
募集定員： 4名まで ※2名以上で実施
講 師： 木内香代子（カウンセラー）
備 考： 1回に限り振り替えが可能です（それ以上の振替は有料にてお受けいたします）



<講座内容>

- 第1回 傾聴とは何か？ ・コミュニケーションの基本
- 第2回 受容と共感 ・ジヨハリの窓（心の窓）
- 第3回 積極的傾聴の技法1 共感的理解・コミュニケーションを阻む12の障害
- 第4回 積極的傾聴の技法2 対人認知・エネルギーの向け方・ラポール（信頼関係）
- 第5回 積極的傾聴の技法3 話題の具体化、抽象化
- 第6回 積極的傾聴の技法4 解決の為のアプローチ法