



“聴くことのできる人を育てる”NPO 法人研修グループ

# P.L.A ニュース 第55号

パートナーシップ アンド リスニング アソシエーション

2020年1月15日発行

発行者 P.L.A 事務所 〒101-0046 千代田区神田多町2丁目7番3号 三好ビル 801号室 平日 12:00~17:00

TEL&Fax 03-3255-2882 E-mail : info@pla-keicho.org ホームページ:http://pla-keicho.org/

## ★新年おめでとうございます★

『傾聴』の大切さをひろめて、私達 P.L.A は今年 11 月 5 日で、発足 15 年を迎えます。「傾聴ボランティア養成講座」「傾聴講座」を通じて、皆さまと共に学ぶことができましたことに心から感謝申し上げます。今年も益々傾聴の輪を拡げていきましょう。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

NPO 法人 P.L.A 理事長 後庵 正治



## 第11回ボランティア交流会の報告 テーマ：自分らしくいきいきと 2019.11.20

寒暖の激しいこの時期、好天に恵まれ 39 名の参加がありました。あらかじめ依頼していただきました 4 名の方の報告から始まりました。その後、6 グループになって「自分の活動」を出し合いました。アンケートの結果をみますと、満足されたと書かれていて安堵しました。《アンケートの抜粋から》・「各傾聴グループの悩みが自分と共通だったり、意外性があったり、驚いたり感心したり、今まで自分たちの中だけの情報交換だったので、視点が変わり、自分自身成長したように思えました」・「傾聴の活動に【あなたの話を聴く広場】や、【話すすっきり】の場を用意して、利用者さんを待つ活動もあることは参考になりました」《オープニングトーク》で発表された 4 名のトークは順次ニュースで紹介していきます。

### ①わたしの傾聴ボランティア活動 江東区 「傾聴の会・江東」 山本 俊子

テレビの番組で「傾聴ボランティア」のことを知って衝撃を受けました。「ただ聴くだけ・・・それでいいの？」たいへん興味を持ちました。2009 年区の広報を見て講座受講、それから 10 年経ちました。

傾聴の 3 つの基本姿勢、頭では分かったつもりでも、実際の活動の場では、何回も失敗を重ねました。「私もそうです」と自分の話をしたり、つらい内容に押しつぶされそうになったり・・・、「ありのままを受けとめる」難しい課題でした。

ある時、「受けとめる」と「受け入れる」の違いが分かり「そうなんだ!」と、とても心が楽になった気がしました。そして最後まで私を悩ませた「純粋性」でしたが、いまでは、つまり自己一致、自分を理解することが、相手により深く寄り添えるのでは、と私なりに思いいたりしました。



まだ毎日が学びの場、進化途中、カタツムリのような歩みですが、多くの方々との出会いとお一人ひとりの素晴らしい人生に触れることができる日々です。

# P.L.Aの研修予定 [ 2020年1月～7/15 ]

2020年1月15日現在

	主催者	日程・タイトル
1	流山市社会福祉協議会	1/30(木), 2/7(金):介護支援サポーターフォローアップ講座
2	日野市社会福祉協議会	1/31(金):傾聴ボランティア入門講座
3	中央区社会福祉協議会	1/31(金)～毎週金曜全4回:ボランティアのための傾聴講座
4	すぎなみ地域大学 杉並ボランティアセンター共催	1/31(金)～毎週金曜全4回:傾聴ボランティア養成講座
5	町田市南第3高齢者支援センター	2/7(金):傾聴講座
6	志木市社会福祉協議会	2/12(水)～毎週水曜全5回:傾聴ボランティア養成講座
7	船橋市福祉サービス公社	2/17(月):リフレッシュ研修
8	東京都健康長寿医療センター	2/25(火):集団の中での傾聴
9	江東区ボランティアセンター	3/10(火):傾聴ボランティア活動における課題
10	くらしサポートワーカーズ・コレクティブ Lavori	3/11(水):「傾聴とは」を学び仕事や自分の暮らしに活かします
11	公益社団法人東京都鍼灸師会	4/5(日), 4/12(日):傾聴講座
12	三菱UFJ銀行(株)	4/13(月):新入社員研修

**《フォローアップ研修》** ●東大和市社会福祉協議会(以下社協)(1/29) ●朝霞市社協(2/8) ●厚木市社協(2/14) ●昭島市傾聴ボランティア「さざなみ」(2/15) ●NPO法人アビリティクラブたすけあい(2/17) ●日の出町社協(2/27) ●船橋市福祉サービス公社(2/27) ●足立区生涯学習センター(3/2) ●豊島区社会福祉事業団(3/9) ●中央区「うさぎの会」(3/12) ●すぎなみ地域大学(3/13) ●渋谷区社協(3/18) ●練馬傾聴ボランティア「こだまの会」(3/28) ●江東区「傾聴の会・江東」(5/12)

## ★第29回P.L.A公開講座:『傾聴講座』 ～仕事・ボランティア・日常生活でいかにせるように～

《「傾聴」を実感していただくために、理論とともに体験学習を多く取り入れています。》

〈日時〉 2020年3/7,3/14,3/21,3/28,4/4 毎回土曜日全5回 13:30～16:00、但し4/4は16:40迄

〈会場〉 国立オリンピック記念青少年総合センター

(小田急線参宮橋下車徒歩7分、地下鉄千代田線代々木公園駅下車徒歩10分)

〈対象〉 全5回を通して出席できる方 ※全5回に出席された方に修了証を交付します。

〈内容〉 毎回傾聴理論の講義と実習(体験学習)

〈募集人数〉 先着:24名 〈参加費〉 全5回分 12,000円(振込) ※参加者には活動のしおりを進呈

## ★第15回P.L.A公開講座:フォローアップ研修 ～事例から学ぶ～

《ボランティア活動で感じた課題や問題点を話し合い、リフレッシュし、基本をふり返ってみましょう》

〈日時〉 2020年4月25日(土) 13:30～16:30 〈会場〉:国立オリンピック記念青少年総合センター

〈対象〉 P.L.A公開講座(1～29回)の修了者及びP.L.A講師による傾聴ボランティア養成講座を受講された方

〈内容〉 事例から学ぶ 〈定員〉 先着24名 〈参加費〉 3,000円(振込)

## ★専門職の方のための2日間集中講座 ～専門職の方の聴く力をアップするために～

《多忙な介護現場や高齢者などの支援を志している方を対象に、「傾聴」を集中的に学びコミュニケーションスキルや苦情などの対応に役立つプログラムです》

〈日時〉 2020年5月23日(土)、24日(日) 9:30～16:00(昼休み・休憩を含む)

〈会場〉 国立オリンピック記念青少年総合センター 〈参加費〉 15,000円(学生:12,000円)

