

これであなたも聴き上手

「なんでそんなことするの?」「こうしたらいいのに!」と、お子様やパートナーなど身近な相手の話を聞こうとするとときほど、冷静に相手の話を聞けないことってありませんか? カウンセラーの聞く技術を少しだけ取り入れて、自分の気持ちを大切にしながらも、相手の話を丁寧に聞くコツをつかみましょう。



開催概要

日にち: 2020年2月の土曜日※1
時間: 13:00~15:00
会場: 関西大学心理臨床センター
千里山カウンセリングルーム
料金: 1回につき1000円
定員: 8名程度※2
対象: 冷静に相手の話を聴くのが難しいと感じている人
(ただし、心理の専門家あるいは目指している方、精神科受診中の方は除く)

※1. 1月末日までに一度無料説明回にお越しください
※2. 定員を超えるときは抽選となります。

1日目 「聴き上手の秘訣は共感的理解にあり」

■2020年2月15日(土)

ロジャーズの理論から、共感的理解について学び、人間に備わる実現傾向や価値観の多様性を知る。

2日目 「人間は喋りたい生き物です」

■2020年2月22日(土)

自分の話を一旦脇に置いて人の話を聴く上で、カウンセラーのちょっとした技術を学ぶ。自分の価値観を押し付けずに、相手の枠組みで理解するとはどういうことなのか体験する。

3日目 「あなたと私は別の存在」

■2020年2月29日(土)

相手の話を理解する上で、自分の気持ちや感じを知ることの重要性を学ぶ。自分の気持ちを感じ取る練習をする。

申し込み方法

- ① お電話にて、無料説明回に来られるお日にお知らせください。
- ② 無料説明回にて、参加希望の方には申込書をお渡しいたします。
- ③ 2月8日までに抽選結果をご連絡いたします。
- ④ 当日、申込書を持ってご来室ください。

関西大学心理臨床センター

千里山カウンセリングルーム [TEL] 06-6368-1015

開室時間: 9:30~19:30

〒564-8680 大阪府吹田市山手町3-3-35

関西大学 千里山キャンパス 児島惟謙館3階

