

指導(活動)分野	傾聴指導・悩み相談指導	指導 披露 講義
ふりがな	あらいさとし	登録番号
氏名またはグループ名	あらいさとし	G - 26
指導(活動)内容	・家族や友人など大切な人の悩みに共感し、相手の気持ちに寄り添った話の聞き方を指導	
対象者の程度	気軽に楽しむ	初心者向け 中級者向け 上級者向け レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子) 小学生 中高生	大人 高齢者 どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・国家資格キャリアコンサルタント資格取得(2023年5月) ・メンタルヘルスマネジメントⅡ種・Ⅲ種取得(2023年) ・傾聴セミナー講師として、中区・磯子区にて計4回(オンライン・対面) ・個人指導 50回以上	
経費	・指導(活動)料 5,000円 ・材料費 応相談 ・交通費 実費	

### 【プログラムの一例】

#### たくさん話してもらえる「相槌」を学ぼう

定員:10~20人 所要時間:50分

- ① 傾聴の基本知識
  - ② 聞かれる体験と聞いてみる体験(ペアワーク)
  - ③ NG行動を知るワーク
  - ④ カール・ロジャーズの理論解説
  - ⑤ 個人指導実践の中で得た知見の共有
- ・プログラムのゴールは、参加者が自分の大切な人の声に寄り添って話を聞けるようになること

持ち物:筆記用具のみ  
配布物:傾聴講座テキスト

- ・人前で話すコツ
- ・声掛けのコツ
- ・悩み相談の聴き方



### 【街の先生からひとこと】

人の話を聞くことは、全ての対人コミュニケーションの大事な基礎です。

誰でも経験の中で、人の話を聞けるようになっていきますね。そこに理論を学ぶことで、寄り添って話を聴けるようになります。

大事な人の話を聴き逃さないように私にサポートさせてください。