

第 26 回 コムズフェスティバル 市民企画事業 実施報告書

| | |
|--|--|
| グループ名 | 特定非営利活動法人働く人とその家族サポートセンター |
| 開催日時 | 令和 7 年 2 月 16 日(日) 13:30~15:30 |
| テ ー マ | 私の声があなただのところに、あなたの声が私のところに響き合う！ ～ 話す体験、聞いてもらう体験 ～ |
| 形 式 | 講話、リスニング体験 演習 |
| 講 師 等 | リスニングスーパーバイザー 門田聖子 |
| 参加人数 | 女性 5 名 / 男性 4 名 【合計 9 名】 |
| <p>〈内容〉</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. こころの交流の重要性と希薄化している現状の理解【講話】 2. リスニング体験の実施 <ol style="list-style-type: none"> (1) リスニングパートナー簡易モデルの理解【講話】 (2) 知り合うためのワーク (3) リスニング体験 <ul style="list-style-type: none"> ペアで対話【演習】 ペアワーク+振り返り 全体で振り返り 15 分 3. リスニング体験を日常に活かす【講話】 アンケート <p>〈参加者の感想〉</p> <p>別紙添付。</p> <p>〈まとめ〉</p> <p>私たちは日頃、他者とコミュニケーションをとっている、とれていると思っており、伝わっているつもり、返したつもりでのコミュニケーションとなっていることが多いといえる。他者は自分とは異なること、そうであればなおさら、丁寧なコミュニケーションをとる必要があることになる。基本的なリスニング(積極的傾聴)の基本的な体験の機会とした。また、ここで重要なことは、「聴く」ことと合わせて「話す」ということも、重要な体験とした。安心、安全な相手(対象)に話すこととの効果を実感してもらえたと感じている。そのことを日常に活かしていただきたい。</p> | |

※この報告書は、当財団のホームページに掲載させていただきます

〈参加者の感想〉

話す体験を通して、感じたことや気づいたことを教えてください。

| |
|---|
| 自由に話せた。聴いてもらったので穏やかな気持ちになった。 |
| 自分の中で私がやりがちな思考パターンを知ることが出来た。 |
| 他者の考えややり方を知り、取り入れようと思った。 |
| 会話を的確に論理的に組み立てたいとする自分の思考を理解できた。 |
| 気持ちがよかったです。 |
| 話す言葉選びが難しかったり、上手く纏められなかったりで不安があるものの、聞き手の方が、しっかり受け止め聴いて下さるおかげで、話しながら考えをまとめることが出来たり、すごく気持ちよく話すことが出来ました。 |
| それまでは思っていなかったことが浮かんでくると気が付いた。 |

聴く体験を通して、感じたことや気づいたことをお教えてください

| |
|--|
| リラックスして楽な気持ちで聴かせていただいた。 |
| 聴くことはとても難しいですが、人の話を聴かせてもらえて新しい考えを聴くことが出来ていい体験になりました。 |
| 相手の話から感じたイメージを言葉にすることで、新しい捉え方、喜びを感じていただくことが出来た。 |
| 自分中心に聴くことを行っている自分に気づいた。 |
| 共感できて良かったです。 |
| 聴くことが言葉や質問だけでなく、態度や受け止める気持ちがとても大事だということを実感しました。 |
| 自分の知らない、体験していない世界や考え方に出会えた。 |

その他、感想をお聞かせください。

| |
|---|
| インストラクションが心地よく心にひびきました。 |
| とても温かい雰囲気の中で話したり、聞いたりという体験が出来ました。ありがとうございました。 |
| ゆっくりした時間の中で話をする事の大切さを再認識した。 |
| 良い空気の間づくりが出来ている会だったと思います。 |
| 聴く、話すことについてしっかり考えられた、とてもいい時間になりました。仕事に、日常に家族との関係に少しづつでも生かしていきたいと思います。ありがとうございました。 |