

# めくもりほっとぶれす

NUKUMORI HOT PRESS

発行 NPO法人傾聴グループ めくもりほっとらいん  
代表 山上 敏枝  
〒264-0029 千葉市若葉区桜木北2-26-30  
TEL 070-4369-7269  
FAX 043-214-8397  
http://www.nukumorihotline.org/  
編集責任者 吉野 秀子

## <楽しく充実・めくもりほっとらいん受け手宿泊研修>

電話対応をしている受け手を対象にした研修が、2月24日、習志野市幕張セミナーハウスで行われた。  
2年に一度行われるこの宿泊研修は7回目を迎え、今回も受け手としてのスキルアップと相互の親睦を深める研修となった。  
今回は各自の電話対応の課題研修とエンカウンターを通して「自分を知る」ことをテーマに進められた。



めくもりほっとらいん恒例マイク回し

### 課題研修

**\*受け手としての自分を知る\***

毎月の研修では自分の電話対応の気になったところをグループで検討しているが、今回はメ

ンバー一人につき約30分をかけたより深い課題研修となった。  
メンバーの話す「気になる対応」をファシリテーター、他のメンバーで掘り下げ、率直な意見が行き交った。ファシリテーターは、課題を出したメンバーの話を十分に理解し、各メンバーが次の活動に意欲をもって取り組めるようにと心がけた。  
一人ひとりが出した課題を複数の視点で見て、率直に検討を重ねることで、課題点がより鮮明になり、受け手としての自分の傾向や、対応の改善へとつながった。

### エンカウンター

**\*グループの人との出会い  
そして自分と出会う\***

今回、約半日の課題研修のほ



食事時間はメンバー同士の親睦タイム

かは、すべてエンカウンターに当てられた。大幅に取り入れた理由は、グループの人との出会いを通して自分と出会うことを目的としたものだ。  
始めに渡辺先生からエンカウンターに向き合う姿勢について改めて話があった。

エンカウンターのなかで、自分の心に起こっていることが何かを掴む。自分はもう思うか意識化し、次にそれを自分の言葉にして表現する。その時、ほかのメンバーと自分の感性はどう違うか、自分は何をどう考えていたのか。内面深く自分を見つめていくことで自分を知る。

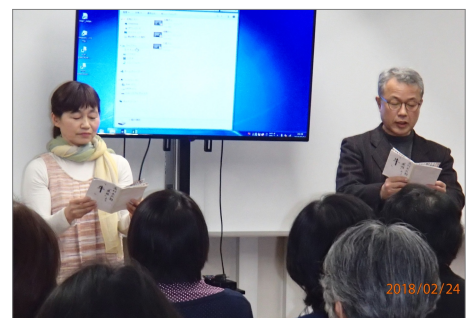
十分な時間の中、メンバーの話しにグループで関わることで、それぞれが自分と人は違うことを意識し、自分を見つめる時を持った。

またエンカウンターで悩みを話したメンバーは、グループのメンバーに勉強の場を提供してくれたと同時に自身の大きな気づきを得ることができた。

### 夕食後のレクリエーション

**\*夜の親睦会\***

夜、石田夫妻による心に響く詩の朗読、君津「さぼっと」の明るく楽しい傾聴講座があり、みんなで楽しい時間を過ごした。



高村光太郎『牛』を朗読する石田夫妻

寸劇で傾聴を伝えてくれた君津「さぼっと」のメンバー



研修を終え、渡辺先生の言葉が心に残った。「悩んでいることと自体がすでにそれができる人ということ。『自分は聴けないな』』と知っている人はすでに相手を大事に人の話を聞く素質のある人です。できない自分を嘆く自分も大事な自分。全く知らない人は嘆きもしないのです」

自分を見つめた一泊二日の宿泊研修を終え、めくもりのメンバーはそれぞれの次の課題を胸にまた歩み出した。