



“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20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

2011年4月15日発行

発行者 PLA事務所 〒101-0047 千代田区内神田2丁目6番2号 矢板ビル4-2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/>

## このたびの東日本大震災で被災された方々に心からお見舞い申し上げます。

3月11日、東北・関東北部では、未曾有の大きな災害に見舞われました。刻々報道される被災地のようすには、ただ息を呑むばかりで、言葉を失ってしまいました。

そして直接被災されなくても、ご家族やご親戚、お友達が被災されたり、またその安否に心痛めていらっしゃる方々のご心情はいかばかりかとお察し申し上げます。そして1か月を過ぎたいま、力強い多くの支援の輪が広がってきました。いまだ手の届かない地域もありますが、それでも確かに、復旧、復興への歩みが始まりました。一日も早い復興を願っています。

### 「傾聴」について学習された方、関心をお持ちの皆さまへ

当法人関連の傾聴講座で学習された皆さまや、日ごろから傾聴に関心をお持ちの皆さまが、傾聴の基本を思い起こして、皆さまのお出来になるところで、被災された方や避難された方々のお役にたつてくださればと、心から願っております。

## 喪失体験をした方への対応

今回の災害では、さいわい難を逃れて避難できた方にとっても、ご家族との生活が一瞬にして奪われたのですから、これほどの喪失感、喪失体験（悲嘆）は、ありえないでしょう。被災直後は気も張り、気丈に振舞ってはいても、時間の経過とともに、それまで心にしまっていた想いが、不安や恐怖、怒りや悲しみや悔しさなどの感情が、いろいろな形で現れてくるでしょう。このような感情が適切な状況でうまく表出できればよいのですが、そうでない場合には、なかには身体の症状に出たり、或いはひどく落ち込んだり、ということもあります。いまのこの時期から、特に心のケアが重要になってきます。

**傾聴の基本**は、相手の心に寄り添うことです。困難な状態にある人や悲しみのなかにいる人に対して私たちは、ともすると、元気づけたい、励ましたいという気持になります。しかし、よかれと思ってかける何気ない言葉が、かえって相手を傷つけることもあります。ここは、ひたすら相手の話を聴くことです。相手の話に耳を傾けじっくり聴くことに徹することが大切です。あるときは、黙って静かに傍にいてだけでよい場合もあるでしょうし、またあるときは、手を握ったり、肩を抱き寄せて心を通い合わせることも必要かも知れません。大切なのは、相手をありのまま受け容れて、気持をしっかり受け止めることです。（詳しい対応については、当法人ホームページをご覧ください。）

# 平成22年度のP.L.A事業報告から

平成22年度の講座回数は160回に及び受講生も延べ4000人を超えました。研修・活動の範囲も東京都、神奈川県、千葉県、石川県、北九州市と拡がりました。前年度にも増してP.L.Aの活動が知られるようになり、更に一步前進した成果を得ることができたといえるでしょう。

これも、各地の行政、社会福祉協議会、ボランティアセンターの皆様のご理解とご協力があったることと感謝いたしております。

研修は、傾聴ボランティア養成をはじめとして、子育て支援グループ、施設職員、医療関係者などの専門職や企業からも依頼されるようになりました。傾聴ボランティアグループも30団体を超え、昨年秋には第2回傾聴ボランティア交流会を開催。事例的な学習のほかに日頃の活動についての熱心な情報交換がなされ交流が深まりました。ここに益々「傾聴」の輪が拡がりつつあることを報告いたします。

## 平成23年度 P.L.A 研修・活動予定 (4/15~7/14)

	主催者	日時・曜日・タイトル
1	福生市社会福祉協議会	5/11(水)、5/12(金):「傾聴ボランティア入門編」
2	あきる野市社会福祉協議会	5/18(水)、5/25(水):「傾聴ボランティア養成講座」
3	三菱東京UFJ銀行株式会社	5/23(月):「新任者研修」
4	小金井市社会福祉協議会	5/30(月)、7/12(火):「傾聴ボランティア講座」
5	町田市社会福祉協議会	6/2(木)~毎週木曜全6回:「傾聴ボランティア養成講座」
6	中央区社会福祉協議会	6/7(火)~毎週火曜全5回:「傾聴ボランティア養成講座」
7	北九州市社会福祉協議会	6/10(金)&6/11(土):「傾聴ボランティア養成講座」
8	国分寺市社会福祉協議会	6/14(火)~毎週火曜全5回:「傾聴ボランティア養成講座」
9	白井市社会福祉協議会	6/17、6/24、7/8、7/15、7/22 毎回金曜:「傾聴ボランティア養成講座」
★フォローアップ研修: ●豊島区傾聴みみずく(4/20) ●傾聴の会 江東(5/10) ●北九州市社会福祉協議会(6/9)		
★“P.L.A公開講座修了者のためのフォローアップ研修”は7/14(木)に開催します。		



## 第12回P.L.A公開講座:傾聴ボランティア養成講座

- ◇ 主催 NPO 法人 P.L.A: パートナシップ アンド リスニング アソシエーション
- ◇ 会場 東京体育館:サブアリーナ会議室 (JR 総武・中央線千駄ヶ谷駅前)
- ◇ 日時 2011年 8/24(水):第4会議室、8/31(水)、9/7(水)、9/14(水):第2会議室、  
9/26(月):第3会議室、全5回 13:30~16:00  
※但し 9/26 は活動情報提供のため 16:30 迄
- ◇ 対象 全5回に出席できる方。 ※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)
- ◇ 定員 先着24名
- ◇ 参加費 12,000円(全5回分) ☆“活動のしおり”を進呈します!



募集中!

