



2025年1月15日発行

“聴くことのできる人を育てる” NPO 法人

# P.L.A ニュース 第70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 <http://pla.keicho.org>



発行者 NPO 法人 P.L.A 事務局：〒101-0046 千代田区神田多町2丁目7番3号 三好ビル 801号室

[平日：月・水・金(11:00~16:00)]

☎&Fax 03-3255-2882

E-mail : [info@pla-keicho.org](mailto:info@pla-keicho.org)



“明けましておめでとうございます”

私ども P.L.A は、おかげさまで今年開設 20 周年を迎えます。コロナ以降、皆さまにとっても厳しい状況が続いていますが、一緒に歩んできた 20 年を振り返りながら、今後に向けての有意義な企画を検討してまいりますので是非ご参加ください。本年もよろしくお願いいたします。

P.L.A 理事長 松尾 隆義

## 第14回傾聴ボランティア交流会報告

内容：傾聴ボランティア&傾聴ボランティアグループの交流

テーマ：今後の傾聴ボランティア活動に向けて  
～ コロナ禍を経ての活動の変化 ～

昨年 11 月 30 日（土曜日）第 14 回傾聴ボランティア交流会を東京体育館会議室で開催

**1. オープニングロールプレイング** 【参加者：28 名（グループ）、12 名（個人）/計 40 名。】  
話すテーマは、「私にとっての傾聴」または「日頃の活動を通して感じること」を、「聴く人」「話す人」の役割をとって、体験していただきました。話す時間は 7 分間でしたが、傾聴姿勢で、ロールプレイングが始まると、会場に柔らかな空気が流れました。傾聴を志す同じ思いの方と、優しい眼差しで話を聴いてもらう心地よさを感じたり、話が深まって分かってもらえたと感じたり、参加者それぞれにとって、改めて自分の聴き方や活動体験をふりかえる時間になりました。

**2. 分科会** 4 グループに分かれて参加者それぞれが自分やグループの悩みや課題を出し合い、分かち合いました。今回は、分科会テーマ「いきいきとした活動の継続のために（組織・運営）」を希望される方が多かったので、第 1、第 2 と二つのグループになりました。初参加の方やベテランボランティアの方を交えて、今後の傾聴ボランティア活動に向けて、熱心な話し合いが行われました。

<分科会の報告>

★第 1 分科会&第 2 分科会：いきいきとした活動の継続のために（組織・運営）

「社協の支援・関わり」「グループの自立」「個人宅の訪問」「グループ傾聴」について話し合われました。◎高齢化している会員のサポートや新しい会員の募集についても、色々教えていただきました。会の運営に役立てたいと思いました。◎社協や行政だけに頼らずに運営しているグループから、具体的な運営状況を伺えたので、これから会を運営するにあたって有意義でした。

◎P.L.A の傾聴の考え方にグループ傾聴という概念はない、「傾聴」はあくまで 1 対 1 と伺って

スッキリしました。◎話を聞いて欲しい人は、確実にたくさんいるので、傾聴活動の意義を地域や行政などに向けて、もっと積極的にアピールしていきたいと思います。

### ★第3分科会：認知症状のある人との関わり

「話さない人との関わり」「認知症は進む、症状などについて」「施設側の事情」等について、話し合われました。◎みなさん惜しみなく体験や経験談など情報を提供してくださり、初めて知ることがたくさんありました。今後の活動に、いろいろなヒントをいただきました。◎認知症の方への対応は様々で、ひとつひとつ参考になりました。長く活動されている方の経験、体験の重みを感じました。



### ★第4分科会：喪失・悲嘆・希死念慮など、難しい人への対応

「喪失体験の話」「難しい人への対応」「メンバーの話を聞いて感じたこと」について話し合われました。◎喪失・悲嘆・希死念慮など、難しい人の対応で、沈黙の時間の考え方には、「沈黙は恐れずに、解決しようと思わない」「時間をかけて待つ」「そばに居続ける」など。

### <交流会全体での感想から>

◎みなさん熱いので嬉しかったし感謝です。◎「傾聴」を实际活動していく中で、経験を重ねて、より深く身につけていきたいと思いました。



## 第17回P.L.Aフォローアップ研修に参加して テーマ『対象喪失』 野田市 八織 文

私は35年程前に「がん患者と家族の集い」というグループのボランティアでカウンセリングと出会いました。その後暫くして傾聴に出会い勉強を続けて来ました。傾聴ボランティアとしての活動は行っていませんが、松戸カウンセリングの会というボランティアグループでワークショップを開くお手伝い等をしています。

講義の中の多様な「喪失体験」は大変勉強になりました。参加されていた方々のお話も大変貴重なもので、もっともっと学びたいと思います。

ロールプレイはこれまでは苦手で、話すことも聴くことも自分自身で納得することはありませんでした。この日は大切に育てた愛鳥を失った思いを聴いていただきました。思いがけず号泣してしまいましたが、その時聴いていただいた方が一緒に泣いてくださったのです。私はそれまで話を聴いている時に自分が泣いてはいけないように思い込んでいました。でもその日は何故か本当の共感に思われて、とても救われた気持ちになりました。今はこの日の体験によって以前よりは柔らかい心でお話しを聴けるような気がしています。

最後に、その日私の話しを聴いてくださった方に感謝の気持ちをお伝えしたいと思います。帰り道もご一緒出来て嬉しかったです。ありがとうございました。

## 第38回P.L.A公開講座：「傾聴ボランティア養成講座」のご案内



### 3/1(土) ～テーマ：日常のさまざまな場やボランティア活動で活かせるように (全5回)

- ◇日時：2025年 3/1、3/8、3/15、3/22、3/29 ◇毎回土曜日 13:30～16:00 (全5回)
- ◇会場：国立オリンピック記念青少年総合センター会議室 ◇最寄り駅：小田急線参宮橋駅
- ◇内容：傾聴理論の講義と実習 (体験学習) ◇参加者に[活動のしおり]進呈
- ◇参加人数：24名 (先着順) ◇参加費：全5回分 15,000円(振込)
- ◇対象：全5回に参加できる方 ※全5回に出席された方に修了証を交付します。