

平成29年6月17日（土）第1回 「ほっと・ほらんていあ」の報告

今回のテーマは、「傾聴ってなあに？」と題して、私、ボランティア支援センターの小田切が、**傾聴ボランティア**とは・・・**3つのきく**（聞く・訊く・聴く） **心の援助**について、自分の経験を交えてお話させていただきました。

今回、このようなテーマでお話させていただいたのは、傾聴ボランティアを必要としている相談者が、増えてきているので、傾聴を学んだ人たちが、傾聴ボランティアに興味を持ってほしい・・・傾聴ボランティアを増やしたい・・・そんな思いがあって開催することになりました

始めに、傾聴ボランティアとは・・・そして「聞く」「訊く」「聴く」の三つの意味の違い。それから、基本の傾聴について話す前に、**傾聴をしてもらう側の視点から**お話させていただきました。話を聴いてもらったことがある人は・・・どんな人に聴いてもらいたいと思ったか・・・話して良かったと思った時は・・・話さなければ良かったと思った時は・・・**人は、話す相手を選んでいる**・・・選ぶ大きな要素は、**話を漏らさないこと**などなど・・・そして、**話をする**（傾聴してもらう）ことには、どんな**意味**があるのか・・・話すことで、自分の心が解放されることなど・・・傾聴してもらう側の気持ちをみんなで考えてみました。**後半は、傾聴とはなにか？傾聴する際に心がけること**を16の項目に分けて話をしました。他に、**認知症の方の傾聴**にも少し触れました。いつもより、30分短い時間だったので、少し早口になってしまい、聞き取りにくい所があったかも知れないと反省しました。また、参加者同士の交流ができなかったことも、少し残念でした。ただ、これを機会に、また、傾聴に関するテーマで「ほっと・ほらんていあ」を開催したいと思いました。

参加者からは～話のスピードが早い。人生の前半に聞きたかった。数年ぶりに、参加した。今回はとても人数が多く、初めは緊張したが、話を聴いているうちに緊張もほぐれ、とても深い、良い話だと思った。子育てにも、とても役立つ話だと思った。認知症の方や他の人との会話の仕方や、接し方を勉強できて良かったと思います。話を聴くということが大変むずかしいように思えました。

「ほっと・ほらんていあ」は、みなさんのボランティア活動に少しでも役立てていただけるように、これからも**2か月に1回程**開催する予定です。**次回は**、9月2日(土)13時30分から、**参画センター**で開催します。テーマは「**ひろさき健康増進リーダーの取り組み**」についてお話ししていただきます。ボランティアに興味のある方に限らずに、みなさんのご参加をお待ちしています。