

公開講座

「落ち込んだ友だちへの声かけ

～味方になりきるコミュニケーション～」報告

日時・場所 案内参照

当日参加者数 29名

<講座内容について>

講師の大小原利信（だいこはら・としのぶ）さんにより、約1時間半のご講演をいただきました。日本においては現在の年間の交通事故死者数が約2600人なのに対し、自殺者数は年間2万人以上……そのような中、私たち一人ひとりにできる、相手の「味方になりきるコミュニケーション」について学びました。「感じる講座」ということで、ペアになって行うワークや体を使って体感する内容など充実した内容で、あっという間の時間でした。

相手の話を受け止め「共感」すること「話してくれてありがとう」と「感謝」を伝えること、「また会おうね/話そうね」と「約束」を交わすこと、それらを基本としながら、安心して話ができる関係性とコミュニケーションの大切さを教えていただきました。

参加者からは「つい『共感』よりも『○○すべき』という気持ちが前に出てしまう」という正直な言葉や、「『話してくれてありがとう』というのは初めての視点だった」という感想がありました。また「『支援者』であるほどアドバイスをしてしまいがちである」という問題についての指摘もありました。

大小原先生が理事長を務める「日本ゲートキーパー協会」は、「アドバイスをしない」ことをモットーに、「味方になりきるコミュニケーション」ができる「ゲートキーパー」養成のための講座を全国で続けているそうです。CoCoいるスタッフも、今後も居場所参加者と安心してコミュニケーションが取れるように、学びを続けていきたいと思われました。

The poster features a blue background with white clouds. At the top, a yellow banner contains the title '落ち込んだ友だちへの声かけ' and subtitle '～味方になりきるコミュニケーション講座～'. Below this, a text box lists questions like '悩んだり落ち込んだりしている友だちの存在に気づいたら、どんなふうに話を聞いたらいいの?' and '誰に、どうやって助けを求めたらいいの?'. To the right is a photo of the speaker, Toshiyuki Ohsawa, with his name and title 'NPO法人 日本ゲートキーパー協会 理事長'. The event details include: Date '3月4日(土) 10時～11時30分', Location '鶴瀬公民館 (富士見市羽沢3-23-10) いきいき活動室', and Contact 'Tel: 049-252-3773'. The bottom right corner has a small illustration of two children.



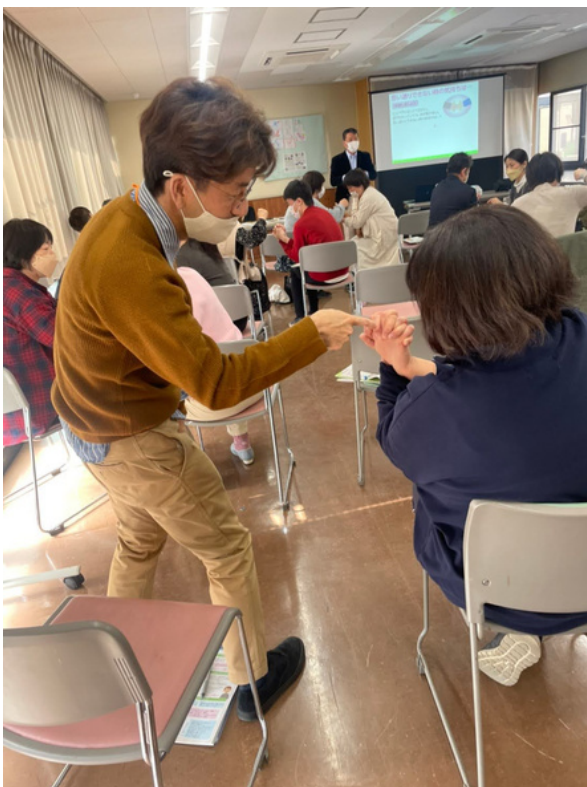
講師の大小原先生



二人組で和やかに話し合う参加者たち



会場全体の様子



二人ペアで指のワーク