

幸手傾聴ボランティア・ピース 定例会レジメ

2024年4月度 定例会

日時 4月8日(月) 13:30~15:30

会場 ウェルス幸手(第1会議室)

司会 S

1. 第18回通常総会 13:30~14:00(第1会議室)
来賓 幸手市社会福祉協議会事務局長 O様
幸手市ボランティア市民活動センター担当 T様
幸手市ボランティア市民活動センター担当 Y様
2. 定例会 総会終了後(休憩10分)14:10より開会(第1会議室)
 - 1) 連絡事項・活動報告 会費1,200円
 - 2) 令和6年度の行事計画について(別紙参照)
3. 今後の予定
 - 1) 5月20日(月) 定例会(機能回復訓練室)
 - 2) 6月17日(月) 定例会
4. お知らせ
 - 1) 4月19日(金) ボランティア代表者会議(O、S)
 - 2) 個人宅訪問活動の個票・日報について

◎3月度議事録

- 1) 3月度定例会参加者 17名
- 2) 年間活動予定を話し合うがいろいろ出すぎて、決まらず、持ち越しとなる。

※今月のことば 「一目でわかる傾聴ボランティア」より

◎相手の話に反論、批判、否定をしない

私たちはみんな、それぞれに自分の価値観を持っています。価値観とは、過去の経験、立場、好み、生い立ち、教育、性格などからできています。

そのために、自分の価値観から大きく異なる他人の価値観に触れたとき、反論したい気持ちや、批判、否定などをしたい気持ちになるのです。そうすると、もう共感して素直に話を聴くことができなくなります。

そこで“傾聴するときは、自分の価値観をいったんどけて相手を受け入れてください。”

そして心の中でこの言葉を唱えてみて下さい。

“あ!そういう考え方もあるんだ!”これは、不思議と心が穏やかになり、相手の話が素直に聴けるようになる。魔法の呪文です。まずは、相手の話を否定することなく、受け止めて聴くことから始めましょう。そしてどうしても自分の意見を言いたい場合は、相手の話を十分に聴いた後で伝えましょう。相手の話を尊重しながら話すと、会話は円滑に進みます。

“なるほど そういう考え方もあるのかと感心しました”

“それについて、私としてはこう考えるのですが”

“はい どうぞ”