

講座番号  
12

## 『聴く力』を磨く ～なぜカウンセリングで人は変わっていくのか～

概要

カウンセリングとは何でしょうか。ここでは、カウンセリングの基礎とされているカール・ロジャーズのクライエント・センタード・セラピーを中心として、カウンセリングの基礎基本を学んでいきます。さらに、カウンセリングの王道である「傾聴」トレーニングをしていきます。カウンセリングによって人がどのように変わっていくのか、その秘密も解き明かしましょう。この講座に出会った多くの方がその世界に魅力を感じ、カウンセリングの学びを深めたり傾聴活動に発展させるなど、ご自身の人生が豊かになっていると感じます。

テーマ

- クライエント・センタード・セラピーと傾聴技法
- 傾聴技法から「受容」と「共感」を体験
- 双方が自己肯定感をもてる伝え方
- カール・ロジャーズのカウンセリングについて
- ナタリー・ロジャーズのカウンセリングについて

日時

10月12日・19日・11月2日・9日・16日・30日 | 土曜日(全6回) | 10:00～11:30(90分) | 予備日:12月14日(土)

受講料

一般:12,000円 | 在学生:6,000円 | 教材費 なし | 定員 20名 | 持ち物 筆記用具

講師

### 相馬 誠一 東京家政大学名誉教授 / 東京家政大学大学院客員教授

前本学附属臨床相談センター所長。博士(学術)。臨床心理士。日本カウンセリング学会認定スーパーバイザー。さいたま市・板橋区・中野区・世田谷区等のスーパーバイザー。文部科学省視学委員・内閣府共生社会政策担当調査委員等歴任。カウンセラーとして40年間、主に子どもカウンセリングを続けてきました。

### 高倉 恵子 特定非営利活動法人 埼玉カウンセリングセンター 代表理事

公認心理師。日本カウンセリング学会認定スーパーバイザー。日本カウンセリング心理学研究所所長。埼玉カウンセリングセンターで開業したカウンセリングを実施。被災地で活動を継続するなど、訪問による危機支援活動にも取り組んでいます。

