

福島県
初開催

メンタルヘルス 養成講座

コミュニケーションツールである「メッセージコントロール」
特に「実践的な傾聴」を4時間で学ぶ講座です。

災害といった悲惨な出来事を体験された方のお話を聴く際には、大変微妙な心の機微に
配慮しながら、アドバイスをしたり具体的な支援につなげる必要があります。

この「味方になる」コミュニケーション方法が、

「メッセージコントロール・ベースド・クライシスカウンセリング (MC³)」です。

当講座では、最低限必要なカウンセリング技術の習得を目指します。

テーマは「傾聴」ですが、単なる「傾聴」ではなく、「相談者の味方になるスキル」を
4時間で知って、学んで、体験することができる講座です。改めて「傾聴」に触れると、
とても学びが深くなること間違いなしです。ふるってご参加ください！

2022年
2月4日(金)

10:00
～
15:00

※昼休憩は1時間を予定しております。
時間は多少前後する場合がございます。
予めご了承ください。

* 講座内容 *

危機介入カウンセリング 「メッセージコントロール (MC³)」
講師：メンタルレスキュー協会

<AM> メッセージコントロール講座

通常のカウンセリングはもちろんのこと、危機介入の
場で不可欠なカウンセリングの基礎技術や、震災に
おける惨事ストレスについてなど

<PM> ロールプレイング

グループに分かれて実技指導者の方とMC³を活用した
話の聴き方のトレーニング



講座受講後には
「受講証」を
発行いたします。

* 開催方法 *

Zoomを使用したオンライン

* 参加対象者 *

被災者・避難者支援をしている支援団体の方等

* 定員 *

100名(先着順)

* 参加費 *

無料

* 申込方法 *

Googleフォームよりお申込みください。
下記URLもしくは、QRコードよりお願いします。
<https://forms.gle/UPsmHCJaTf1fu6158>

お申込みフォーム



2022年
1月28日(金)
17:00まで

* お問合せ先 *

ふくしま連携復興センター 支援者連携チーム
福島県福島市清明町1-7 大河原ビル2階
TEL /024-573-2732 FAX /024-573-2733
E-Mail/renpuku-shien@f-renpuku.org

主催：一般社団法人ふくしま連携復興センター
協力：特定非営利活動法人メンタルレスキュー協会

* 令和3年度復興庁被災者支援コーディネート事業の一環で開催しております。

例えばこんな経験はないでしょうか？

- * 励ますつもりがかえって落ち込ませてしまった
- * 最後は説教になってしまう
- * 相手がアドバイスを受け入れてくれない
- * 妻の相談に乗るつもりが怒らせてしまった
- * 相談の最後はいつも喧嘩で終わる



職場の上司と部下、家庭内での親子、夫婦の間など、日常生活のさまざまなシーンで「誰かの相談に乗る」ことがあります。しかし、いざ相談に乗ってはみたものの、どうもうまくいかない。このような悩みは多くの方がお持ちです。というのも、相談の乗り方やコミュニケーションの具体的な方法について教わる機会がほとんどないからです。他にも、就活面接、恋愛、友達との会話などコミュニケーションのあらゆるシーンで「自分の話し方・聴き方ってこれでいいの？」と感じることがあるかもしれません。

「メッセージコントロール講座」はみなさまのコミュニケーションをよりスムーズにする実践型講座です。ちょっとしたコツであなたのコミュニケーションは劇的に変わります！

このような方へおすすめします！

- * 社内の同僚や上司との会話をスムーズにしたい方
- * 職場で相談に乗ることが多い方
- * 夫婦の会話をスムーズにしたい方
- * 子どもが安心して話せる聴き方を学びたい方
- * 対人援助職の方
- * 人との心のつながりを大切にしたい



私たちは話す「内容（言語情報）」は意識しますが「話し方・態度（非言語情報）」は忘れがち。しかしこの忘れがちな話し方と態度によって、あなたの伝えたいことが、あなたの意図しないメッセージとして伝わってしまうのです。

言語・非言語を総合的に扱うメッセージコントロールを学ぶことで、相手に正しくメッセージを伝え、相手のメッセージを受け取れるようになります。メッセージコントロールは日常のあらゆるシーンのコミュニケーションで役立つことになってでしょう。



学んだことをどのような場面で活かせようですか？（受講生の声）

- * どんな場面でも活かせようだと思いました。
- * 日常の会話ではもちろんのこと、人間関係を円滑に進めるために活かせようです。
- * 職場や仕事先で活かせようと思いました。
- * 相談にのる要領よりも、楽しく会話する為の内容が充実していたので、日々の世間話にも花が咲きようです。
- * 社内外でのコミュニケーションで活かせようと思う。
- * 上司とのやりとりでも効果的なコミュニケーションにつかえようです。



2022年1月28日(金)17:00まで