

「言葉を聞く人、心を聴く人」 ～コミュニケーションとメンタルヘルス～

◆日時：2022年1月15日（土）14時～17時15分

◆講師：東京メンタルヘルス所長 武藤 清栄 先生

◆開催方法：ZOOMによる開催

*申し込み受付者に、後日、ミーティングID、パスワードを送付します。単位が必要な方は、終了後簡単な受講報告の提出をお願いします。

◆受講料：会員2,000円、一般3,000円

◆単位：2単位申請中 ◆申込締切：1月4日（火）

コミュニケーションはお互いの表情を見ながら、声の調子を聴きながら向き合っより充実されるのは言うまでもありません。そしてそこに「聴く」力が発揮されればコミュニケーションが進み、メンタルヘルスも保たれるのではないのでしょうか。

現代社会は以前に比べコミュニケーションが難しくなっているといわれています。核家族化、スマホなどの機材の充実、そこに加えてコロナ感染症の拡大がよりコミュニケーションの疎外に拍車をかけています。今、私たちに求められる「聴く」ことをより深めたいと思います。

～講師からのメッセージ～

コミュニケーション（伝達）を演出するのは「メタコミュニケーション」である。

メタコミュニケーションの正体はパンクチュエーション（句読点の打ち方、やりとりにおける間や沈黙）とストローク（相手を尊重しているか否か）である。この2つをまとめて「パンスト」と呼んでいるが、メタコミュニケーションをどう聴くか、またどう伝え返すかによって、その場の空気が変わってくる。

尚、コミュニケーションはhearingと、メタコミュニケーションはlisteningと相性がある。タイトルで言えば前者は「話を聞く人」、後者は「心を聴く人」である。

～講師プロフィール～

1951年秋田県生まれ。

国立公衆衛生院衛生教育学科卒業。

関東心理相談員会会長・日本精神保健社会学会副会長。

著書に「在宅高齢者のためのメンタルヘルスケア」（医学書院）、「雑談力」（明日香出版社）、「介護の言葉かけタブー集」（誠文堂新光社）、「言葉を聞く人心を聴く人」（中央労働災害防止協会）、ほか多数。