

## Q.1: 今回のリフレクティング・プロセス研修で最も印象に残ったことは何でしょうか。

個々の固定概念というものがどうしてもあり、それを前提にした話を進めてしまう傾向がある。

リフレクティングで多くの人の話を客観的に聴くことは本当に目からうろこ。

自分ひとりでは気づかないこと。いろんな意見を聞くことで安心できたこと又受け手としての悩み等を共有することができたと思った。

受け手の思いを客観的に捉えることができてよかったです。

電話を受ける側としては、この対応で良かったのかな？ 思いが伝わったかななど後々悔いが残りがちですがいろんな話を聞く中でみんな同じ思いをされていて自分だけじゃないんだと感じました。

自分の考えが偏っていたことに気付かされました。

## Q.2: 今回のリフレクティング・プロセス研修でどのような新たな気づきが得られたでしょうか。また、そのような気づきが得られた理由は何でしょうか。

十人十色の人柄それぞれの聴き方をするものだとはあらためて思った。私がどんな聴き手なのか複数の人から感想・意見をきける機会なので今後もリフレクティング・プロセス研修を経験したい。

何か答えという形ではなく、どれも正解ということもありなのだと感じました。

多くの方の意見を聞くことにより自分の幅が広がったように思う。電話にでることが恐ろしかったのが少しやわらいだ。

電話1本・1本を丁寧に聴くことの大切さやこれがいいとかいけないとかでなく、そのことに関していろいろな思いや意見があると気付いた。多くの人の意見を聞くことで自分では思い付かない考え方があるとわかった。

## Q.3: 今回のリフレクティング・プロセス研修は、あなたの今後のチャイルドラインでの活動にどのような変化をもたらすと思われますか。

リフレクティングすることで、さらに奥深く多方面からの見かたができる。

すぐに何か変化があるかどうかというのはわかりませんが、これを繰り返すことによって、たぶん確実に視野が広がっていきだろうという期待がもてると思います。

コミュニケーション能力の向上。互いのケア（救い？）

子どもにとって大切なことはアドバイスではなく言葉のキャッチボールの中から湧いてくる新しい感情だと思えます。話題に寄り添いつつ子どもの気持ちがおだやかになれるような会話に心がけたいです。

すこし自分の思いや考え方に幅が出てきたと思う又機会があればやりたいと思います。