

「リフレクティング」体験会の御案内

評価や助言をいったん脇に置き、場に"複数の声"を静かに招く
——そんな時間が行き詰まりをほどこき、次の一歩が見えてくることがあります。
この体験会は「リフレクティング」を役割を交代しながら体験的に学ぶ勉強会です。

リフレクティングとは

ノルウェーの精神科医トム・アンデルセンが提案した、対話の枠組みである「リフレクティング・トーク」と、安心して話せる場を作るための「リフレクティング・プロセス」の両方を指す言葉です。

リフレクティング・トークのイメージ

<役割>

話し手

その時に話したいことを話す。
(聞いてほしいこと、相談事など)

聞き手

話し手の話を聞く。
対話とリフレクティングの転換を行う。

観察者

話し手と聞き手の対話で"響いたこと"を言葉にする。

<基本の流れ>

01

対話 (話し手×聞き手)

話し手の話を聞き手が聞く。*観察者は静かに耳を傾ける。

03

対話 (話し手×聞き手)

リフレクティングで話されたことなどについて、話し手が話す。

02

リフレクティング (聞き手×観察者)

聞き手と観察者で話す。*話し手は耳を傾け、途中で発言しない。

04

ふりかえり (全員)

開催概要

日時：令和8年6月14日(日) 午前9時00分から11時00分(予定) *月1回程度定期的に開催しています

形式：未定(オンラインもしくは青森市内の会場での開催を検討中)
(参加申し込みをいただいた方に、決定次第お知らせします)

対象：医療・保健・福祉・司法・教育・介護・産業等の領域で対人援助職に就いている方

参加費：無料(青森市内の会場で開催の場合、会場費を皆さんで負担していただく場合があります)

内容：1) リフレクティングなどの対話実践に対する関心や取組のシェア
2) リフレクティング体験(小グループで役割を決めてリフレクティングを体験します)

定員：8人程度(定員に達し次第募集を締め切ります)

参加要件：これまでに、リフレクティングやオープン・ダイアローグの研修を受講したことがある方
受講経験がない方も御参加いただけますが、できましたら、事前に以下の書籍をお読みください。
矢原隆行著『矯正職員のためのリフレクティング・プロセス』(公益財団法人矯正協会)

*通常のオンライン書店では購入できませんが、以下から御購入いただけます。

(出版元である公益財団法人矯正協会のHP内の注文ページ)

<https://www.kyousei-k.gr.jp/posts/product63.html>

スタッフ

ファシリテーター：平山 健太郎(青森県立中央病院臨床心理支援部)

運営担当：富岡 拓身(青森県警察本部警務課犯罪被害者支援室)

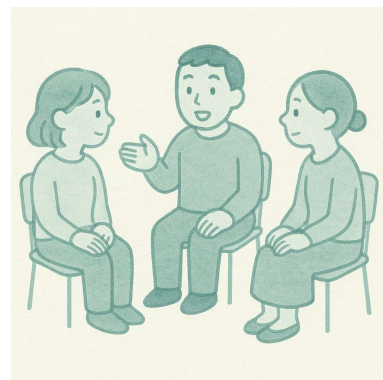
申込方法

以下のメールアドレスに、件名を【リフレクティング体験会希望】とし、本文に

お名前・御所属・職種・リフレクティングやオープンダイアローグ等の対話実践の研修受講・実践経験を記載してお申し込みください。

メール送信先：aomorimi2015@gmail.com

申込締切：6月5日(金)



リフレクティングは、場に聴こえる声を増やし、可能性を増やす小さな技法です。
まずは一緒に体験してみませんか。
皆さまの御参加を、広くお待ちしております。