

## オープンダイアログ (開かれた対話)

～対話が変わると現実と対人関係が好転する～

効果的なコミュニケーションについて、「開かれた対話」

(オープンダイアログ)の観点から学びます。

職場の対人関係、家族内のコミュニケーション、親子の対話など、対人関係の問題は日々の幸せに大きな影響を及ぼします。

「開かれた対話」を通して穏やかな相互理解の仕方を深めることができます。思いやりのある対話は他者の支援に役立つだけでなく、自分の内側との対話を優しく穏やかにし、癒しの効果があるのです。

### < 講座内容の紹介 >

■ 講義+実習によるワークショップ形式

■ 講師：赤坂溜池クリニック・カウンセラー&鍼灸師 落野たお (タオネット主宰)

ホリスティック医学協会のカウンセリング指導実績、心理療法の豊富な講師経験を生かし、分かりやすく、楽しい体験学習を目指しています。

- ・オープンダイアログによる対話の体験的実習。
- ・オープンダイアログが目指す他者との関わり方と自己理解の仕方を理解する。
- ・体験のシェアリングにより自己の対話の仕方への気づきを深める。

### ◎ 申し込み方法

「オープンダイアログ」講座申し込みとして、下記の項目をメールまたはファックスでお送りいただき、お振込み下さい。振込みをもって正式受付とさせていただきます。

- ① 講座名 ② 日程 ③ 氏名(ふりがな) ④ 住所 ⑤ 連絡先(当日つながる電話番号) ⑥ メールアドレス

■ 受講料：13,200円(3回)税込

■ 講師：落野たお(赤坂溜池クリニックセラピスト)

■ 対象はどなたでも。

- ・対人関係の向上に関心のある方
- ・思いやりを実践する対話に関心のある方

■ 日程：3/14(土) 13:30～16:00(休憩 15分含む)

4/4(土) 13:30～16:00

5/9(土) 13:30～16:00

### < 講座のポイント >

あらゆるコミュニケーションで最も重要な対話についての基本を学びます。他人と関わる際の自分の対話パターンを振り返り、対人関係に思いやりを実践する方法を学びます。

#### ①「開かれた対話」(オープンダイアログ)

- ・対話のタイプと対話の影響
- ・対話の考え方とねらい
- ・「開かれた対話」の姿勢とスキル

#### ②多様性を生かす対話

- ・内側からの対話
- ・多様な声に気づく
- ・自分の対話を振り返るスキル

#### ③解決の視点からの対話

- ・解決指向の対話(問題を離れる対話)
- ・未来語りの対話(現在の葛藤を振り返る対話)

#### ④心配事を共有する対話

- ・心配事を共有する方法
- ・思いやりを言葉にする方法

#### ⑤「開かれた対話」が開く可能性

- ・「今・ここで」の自分と「開かれた自己」

■ 主催・お問い合わせ：(有)ホリスティックヘルス情報室 教室：赤坂溜池クリニックの4階

Eメール：hic@a7.rimnet.ne.jp FAX：03-5572-8219

URL：http://holistichealthinfo.web.fc2.com/index.html

### ◎ お振込先

三菱UFJ銀行虎ノ門中央支店 普通5832950 (有)ホリスティックヘルス情報室

