



eMC Library 「この一冊」

「共感できない」気持ちも共感のスタート 共感について深く知り、学び直す 1 冊

クライアントとのラポールの形成には、相手のところに寄り添う深い共感が欠かせません。本書は、共感とは何かをわかりやすく説くだけではなく、愚痴の聴き方からネガティブな感情への対応、対立する相手への共感、言葉を使わない共感の伝え方など、相談援助をする際に大切な根幹となる技の数々を紹介。カウンセリングスキルの向上だけでなく、日常でコミュニケーションをよくし、対人関係を改善したい人にもお薦め。

<内容>

共感とは何か、「考えるな、感じろ」、すべてをありのままに感じる、相手の思いを受け取るように聴く
自分の意見は脇に置く、共感する気持ちを表現する
価値判断をしないー受容するということ、何が変化を促すのか、ネガティブな感情とどう取り組むか、共感と反射 他



創元社者 (2015)

杉原保史 (著),

eMC 資格は取れたけれど、自分のカウンセリングにはどうしても自信が持てない。そもそも共感することを頭ではわかっているけど、実践になると実感がない…そんな方はぜひ一読を。共感について今一度しっかりと考え直し、学び直すのはとてもよいことではないでしょうか。共感の深堀り、必要ですね！リカレント新宿のラウンジにありますので閲覧可能です。

