たんぽぽ通信

令和３年３月１日発行　第３１号
編集･発行　NPO法人日本交流分析協会九州支部
北九州市門司区藤松1-23-2-1f
Tel 050-3707-5552　Fax 093-330-4555
e-mail　info@jtaa-kyuusyu.org
HP　http://jtaa-kyuusyu.org
ﾌﾞﾛｸﾞ　http://profile.ameba.jp/jtaa-kyusyu/

三寒四温、少しずつ春の跫音が近づいてきている日々ですが、皆様におかれましてはご健勝のことと存じ上げます。
令和3年度の九州支部行事スケジュールをご案内いたします。WITHコロナの時代、九州支部でもZOOMを使っての講座も何とか軌道に乗り、しばらくは様子を見ながらの講座開催となります。
ZOOMの利点は家にいながら、他の人とつながれることだと思います。ぜひご検討ください。

ZOOM講座を受講してみて

TAお楽しみ講座
「知ってガッテン！！」～こころが軽くなる仏さまの教え～を受講して
2021年2月10日で上記５回目の最終講座は一応終了しました。
　この「仏教とTAとの関連講座」は九州支部主催で、講師は九州支部長の**堤速生**先生でした。
　まずは、お世話になりました堤先生、大変親切にしていただいた九州支部事務局の土斐崎様に心より御礼申しあげます。
　ちなみに私は関西支部のメンバーで、住まいは奈良ということではありますが、大変親切丁寧にご案内ご指導いただき、また参加されている九州支部の方々にも沢山のプラスストロークを頂き、お蔭さまで気持ちよく、愉快に、有意義に参加でき、お仲間になれたことと喜んでおおります。
　さて、仏教はお釈迦さまの教えであり、人間の本質を明らかにして人生をより良く生きるための智慧が詰まっていることを５回の講座を通じて多くの事を学びました。
　TAよりも大きな概念で人間界を分析し多くの示唆や教えを提示してくれているのが仏教で、お葬式や死後の事を説いているのではなく、よりよく生きるにはどうすればよいかの考え方、智慧が沢山積もっている教えであると教わりました。
　一方TAもよりよく生きるために、自分自身の気づけるための手法・ノウハウや考え方を示唆するものであります。
ということからもTAと仏教には共通点が多くあるようにおもいました。
　今後、この関連性をより多く深く研究したくなりましたので、今後ともよろしくお願い申しあげます。
　最後になりましたが、益々九州支部のご活躍をお祈りもうしあげ、御礼の言葉とさせていただきます。
奈良市在住　下岡得二記　2021.2.10

深夜の時間の構造化感想文
大友　茂

ZOOMスタンダードになり、遠距離でも、共にTA学べる心強い仲間がいたことに感謝します。
本州最北の青森県より

ピンポイント講座を受講して
都留享子
「ストローク」の回を受講したが新テキストで独立された「ディスカウント」との関連と、テーマを絞った解説で、「受け手の準拠枠」の説明では、なるほどそうだったのか！とあらためて気づくことができた。

『家族育ち講座を受講して』
杉元三代
～子育ち支援は自分育て～
第3回目から受講いたしました。
5回目は、特に私自身に沢山の気づきがありました。
みえないコロナと戦う一年!
大切な家族に気づきました。子育ち支援を更に学び、こんな時こそ自分育てだなあ。
もう一度頑張ってもいいんだよ！
高年期の能力と可能性に気づき生涯発達「becoming」！
本山和子先生のこの講座を受講出来た幸福度は、私自身のこれまでの人生を肯定できました。生涯発達は、ブレながらも、これからも家族を学びたいと思います。

『１級思い出し講座を受講して』　佐藤裕一

　キャリアコンサルタントとフォーカシングをやっています。
またボランティアで電話相談もしています。

1級思い出し講座は思い出しに加えて、自分の経験での疑問を解決してくれる。
例えば傾聴についてカウンセラーとしての自分はNPの立場から
A若しくはCに働きかけしていると考えていましたが、これは違うなぁとも感じていました。カウンセリングの場面ではこの話はどう進めていこうか？とか、クライアントは今はどんな気持ちかなぁとAの働きはあるよなぁと思っていましたまた。自分のきもちや感じはどうかな？と見つめていたりもしています。
今回の１級思い出し講座では、テキストではカウンセラーはAと書いてあり、さらに西先生からは「統合されたA」という概念を教えていただき「なるほど」なぁと気付きました。これに類することはもっとあります。
たとえはエゴグラムは初めからの課題でした。先生からの指摘で気づいたことは一番強い機能もマイナスがある。その対応も学びました。等々です。おそらく西先生の思いの一端しか受け止めていないかと思いますが、それでも充分に良い学びになっています。

令和3（2021）年度支部年間スケジュール

	資格	コース（曜日・上下期等）	人数	開催日程	開催場所
講座	２級	支部　土日　（上期）	10	5/15/16、6/5・6、7/3・4	福岡市内
		支部　土日　（下期）	10	11/6・7、12/4・5、1/8・9	〃
	１級	支部　土日　（上期）	10	5/22・23、6/19・20、7/17・18	福岡市内
		支部　土日　（下期）	10	11/20・21、12/18・19、1/22・23	〃
	インストラクター養成	支部　日	10	6/13、7/11、8/1、8/29、9/12	福岡市内
認定試験	２級	支部　土日　（上期）	10	9/4・5	福岡市内
		支部　土日　（下期）	10	2/12・13	〃
	１級	支部　土日　（上期）	10	9/18・19	福岡市内
		支部　土日　（下期）	10	2/19・20	〃
	インストラクター	支部　日	10	9/26	福岡市内
		受講資格試験		5/16、10/17	
研修会・勉強会等	アドバンス講座　土		10	6/12、8/7、9/11	福岡市内
	紹介講座　土日		10	4/11、4/18、7/24、8/8、9/11、1/23	〃
	レベルアップ講座　日		30	3/13	〃
	傾聴講座　土		30	6/26、7/10、9/25、10/23、11/27	〃
	春季大会　日		30	5/9	〃
	秋季大会　日		30	11/14	〃
	１級担当者研修　土日		5	4/3、10/17	〃
	2級担当者研修　土日		10	4/4、10/16	〃
	お楽しみ講座　水　（上期）		15	4/14、5/12、6/9、7/14、8/18、9/15	ZOOM
	〃　（下期）		15	10/13、11/17、12/15、1/19、2/16、3/16	〃
	１級思い出し講座　土		10	4/10、5/8、6/19、7/3、8/21、10/2、12/11	〃（全7回）
	２級思い出し講座　土		5	4/10、5/8、6/19、7/3、8/21、10/2、12/11	〃（全7回）
	TA家族育ち講座　木（上期）		20	4/22、5/13、6/17、7/22、8/19	〃（全5回）
	〃　（下期）		20	10/14、11/25、12/16、1/20、2/10	〃（全5回）
	TAピンポイント講座　日		20	4/25、7/25、8/8、10/24、1/30、2/27、3/27	〃（全7回）
その他	支部会員集会　日		30	5/9	
	深夜の時間の構造化　金		10	4/9、4/16、5/14、6/11、7/9、8/6、9/10 10/15、11/12、12/17、1/14、2/18、3/11	
	准教授・教授勉強会			2月5日～6日	
	インスト資格更新研修			10月3日	
	年次大会in広島			10月9日～10日	
	2020年度　思い出し１級講座			2/27、3/6、3/27	

支部経理事務担当募集中!!!自薦･他薦待ってます！

たんぽぽチャンネル番組案内　～詳細版～

1. TA家族育ち講座　全5回(20:00～21:00)担当:本山和子

サブタイトル・内容	サブタイトル：～発達心理と交流分析理論を活用して、自分に気づき家族や社会への関わり方を学ぶ～ 内容：子どもが、持てる力を十分に発揮して生きるためには、心の根っこの部分に自己肯定感が育まれていることが大切です。そのためには育てる側が脚本からできるだけ自由になって子どもに関わる必要があります。しかし親は、子どもへの期待が大きいだけに、その脚本がもろに出てしまいがちです。 　この講座では子どもの発達段階に沿って、事例を基に自由に意見交換をしながら今の自分自身の成り立ちを探り、自分育てを学びます。次世代の子育て孫育てはもちろん、交流分析を学んだ自分自身の存在は、家族内そして社会生活においてとても大きな力となるでしょう。
回数（5回）	1回目―乳児期を中心に　2回目―ほどよい母親を考える　3回目―乳児期への関わり方Ⅱ　4回目―幼児期～児童期　5回目―思春期・生涯発達
定員・対象・参加費	20名　どなたでも　1,500円

2. TAお楽しみ講座　全5回(14:00～15:00)(20:00～21:00)堤　速生

サブタイトル・内容	サブタイトル：～こんなとこにもTA～ 内容：ニュースや身の回りの出来事や日常生活のあれこれをTAで考え、柔らかな心を取り戻す考え方を探ります。 『知ってガッテン』～こころが軽くなる仏さまの教え～ 交流分析も仏教も「気づき」により自分を知る点で共通しています。仏教は仏さま（お釈迦さま）の説かれた教えです。お釈迦さまが‘一切は苦なり’と仰ったように私たちの人生に苦しみや悩みが絶えることはありません。苦しみの根源は、私たちの「無知」にあります。苦しみを無くすには真理を知って自分が変わるしかありません。仏さまの教えを知り、実践すれば自分を変えることができます。「今、ここ」での自分自身をふり返り、これまでの生き方や考え方を見直してみませんか。今回のシリーズでは交流分析との共通点も考えていただきながら仏さまの教えをわかり易くお話ししていきます。
回数（5回）	第１回　「苦しみは、‘思い込みと囚われ’から」（迷信） 第２回　「人生は、苦しみの塊である」（四苦八苦） 第３回　「苦しみを絶つ生き方がある」（四諦八正道） 第４回　「‘ありがとうの心’で生きる」（縁起） 第５回　「‘Give & Give’で良い関係づくりを」（布施）
定員・対象・参加費	20名　どなたでも　500円

3. TAピンポイント講座　全7回(13:30～15:00）本山和子

サブタイトル・内容	サブタイトル：今更聞けないTA～大事なポイントをじっくり解説～ 内容：「日常に生かす交流分析」をテーマに、日常生活やビジネスの場における出来事を事例に、問題の原因と対応を交流分析で紐解いていきます。事例の検討は、ジャンルに沿って進めますが、周辺理論も入れながらジャンルの中の１つか２つの理論に焦点を絞って深堀します。自由な意見交換を通して、自律への気づきと成長へのヒントを得ていただければと願っています。
回数（7回）	1回目―TAの目指すもの・自我状態の成り立ちと働き　２回目―やりとり分析 3回目―ストロークとディスカウント　4回目―人生態度　5回目―人生ゲーム 6回目―時間の構造化　7回目―人生脚本
定員・対象・参加費	20名　どなたでも　1,500円

4. 2級･1級思い出し講座　全10回中5回(10:00～11:30)担当:西　博子

サブタイトル・内容	サブタイトル：過去の学びを思い出し日々の実践につなげよう！ 内容：テキストに沿った資格別勉強会です。講座受講はしたけれど試験を受けれなかった方、また、ずいぶん前に資格は取得したけれど忘れてしまった方、一緒に思い出しましょう。
定員・対象・参加費	10名　2級、1級共に講座受講済みまたは各資格取得済みの方　1,500円

5. ZOOMで開催する紹介講座のご紹介(10:00～11:30)　担当:指導会員･一般会員

サブタイトル・内容	サブタイトル：～伝えてみよう！交流分析～ 内容：指導会員によるwithコロナ対応のZOOMを使った紹介講座の1例をご紹介します。 対面講座とは違った伝え方やZOOMの扱い方など見どころ満載。ZOOMを体験したい方も歓迎です。資格を持った方も受講者として参加していただきます。 また、一般会員による『交流分析口コミスペシャル』と題してTAネットワーク拡大ノウハウ披露もお楽しみに。講師、発表者随時募集中です。
定員・対象・参加費	15名　どなたでも　500円

6. 深夜の時間の構造化　全7回(21:00～23:00)担当: 支部事務局　他

サブタイトル・内容	サブタイトル：深夜TA宅急便～おやすみ前のブレイクタイム～ 内容：深夜の語り合い聴き合いを通して、ご参加の皆様が自由に時間の構造化をしていただきたいと思います。途中入退室自由。声だけのご参加も大歓迎です。
定員・対象・参加費	特になし　どなたでも　300円

7. 傾聴講座　全5回　**会場開催**　13:00～16:30　担当: 金生郁子

サブタイトル・内容	サブタイトル：～社会の価値観に惑わされず、この世に生まれた自分を生かす～ 内容：日常の傾聴を通して自分自身の本質に気づき、生かしていくことを目標に学び合いたいと思います。 回ごと完結ですので、途中回からのご参加も歓迎です。
定員・対象・参加費	特になし　どなたでも　3,000円

8. アドバンス講座　**会場開催**　10:00～17:00　担当: 西　博子

サブタイトル・内容	サブタイトル：～日々のTA実践活動を仲間と共に振り返ろう～ 内容：自分や仲間の実践を認め合い意見交換をして、また明日の一歩につながればと思います。参加者同士の交流から生まれてくるものが貴重な学びとなります。
定員・対象・参加費	特になし　インストラクターのみ　3,000円

◆ZOOMをご利用するにあたって

①カメラ機能がついたパソコン、スマホが必要です。
②パソコンの場合カメラ・スピーカー機能がついていることをご確認ください。（無い場合は後付けできます）
③パソコン・スマホのメールアドレスを支部アドレスに送る
④送っていただいたアドレスに支部より、招待アドレスを送ります。月日・時間・コードが記載されています
⑤クリックしていただくと、ZOOMに入室できます。

qdcgr334@yahoo.co.jp

ここに送ってね！

◆アドレス登録のお願い

ZOOMをご利用する場合、ご自身のアドレスを支部アドレスまで送ってい頂くことが必須です。
またたんぽぽ通信を年2回発行していましたが、諸事情により原則年１回にします。これからは、いろいろなご連絡、案内は支部ホームページを中心に移行していきますのでアドレス登録をお願いいたします。
方法は簡単。お名前を入力した空メールを支部メールアドレスに送っていただくだけです。