**ワーク①　受容・共感的態度（＋質問）で返答してください。**

1.上司と人間関係がうまくいかなくて、最近仕事に対するやる気がでないです。

そうなんですか。どううまくいってない？何がうまくいってないですか？

やる気が出ないんですね。その上司はどんな方なんですか？

やる気が出ないんですね。やる気が出ない原因に心当たりありますか？

上司と人間関係がうまくいてないって何がうまくいってないか、何が嫌だったんですか？

そうなんですね。なにがあったんですか？

うまくいってないんですね。やる気がでないんですね。うまくいかないってどういうときに感じましたか？

2.もうデイサービスには行きたくないです。

行きたくないんですね。なにか気に入らないことでもあったんですか？

何があったのかもう少し詳しく教えてください。

３.苦手な利用者さんにはどうしても優しくできないんです

優しくできないんですね。どうして優しくできないんでしょうか？

もう少し詳しく教えてください。

**ワーク②　質問・オウム返しなどを５個考えてみましょう**

CL：実は、夜に眠れなくなってきました。気持ちが落ち着かなくて苦しいんです。…先輩が不正に近いことをしていて、あまりよくないやり方をするんです。例えば特定の業者とだけ特別な約束をしたり、自分の目先の都合で仕事のやり方を変えたり。本当に見ていて腹が立ちます。

なので、1か月前くらいの会議でそのことを話したんです。先輩はおかしなことをしているのでまともな反論もなく、結局もっとちゃんと手続きをきちんとしようということになったんですが、それ以来、後輩に言われたのが腹立たしいのか、チクチク嫌味を言ったりするようになってきました。だからミスをしないように頑張っているんですが、やっぱり時々ミスをしてしまって…すると「それみたことか」といった顔で、ネチネチとケチをつけてくるんです。そんなことをされると「自分は正しいんだ」と思ってはいても、なんだか気分が参ってしまって…

・先輩の不正ってどんなこと？・どんなやり方ですか？・具体的にどんな約束ですか？・目先の都合で変えるやり方はどんな風に？・ちゃんとってどういうこと？・チクチク嫌味はどんなこと？・どんな嫌味を言われたんですか？・会議の前は先輩とどんな関係でしたか？・先輩がどういう態度であればあなたの気持ちは晴れますか？・楽しんで仕事をできていた時はどんな時でしたか？

・眠れてますか？食事はとれてますか？疲れてますか？・どんな事ですか？・会議でどんな風に話をしたんですか？

・どんなふうに参っているんですか？・ミスをしないで頑張っているんですね？

・どういう気分ですか？

・先輩とはいつも同じシフトなんですか？・会議で議題にあがってよかったですね？

・ミスすることもありますよね。

・誰か他に同じ意見の方はいますか？（味方は？）