

# Center for Nonviolent Communication CNVC

Educational Services Team



## 認定準備パケット

### Certification Preparation Packet (CPP)

CCC編集 CNVCアセッサーグループ承認  
2016年11月18日 マロルカのミーティングにて



**2016年11月**

料金や詳細に関する最新情報は、アセッサーにご確認ください。  
このドキュメントは作成中です

# Certification Preparation Packet

November 2016

|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>I 一般情報</b>                       | <b>3</b>  |
| A. CNVC認定プロセスへようこそ                  | 3         |
| B. CNVC研修生認定の目的                     | 3         |
| C. 認定プロセスの対象                        | 4         |
| D. CNVC認定への6つのステップ                  | 5         |
| E. CNVC認定準備パケット(CPP)の意図             | 5         |
| <b>II 手続きと手順-CNVCが提供する構成</b>        | <b>6</b>  |
| A. 事前登録                             | 6         |
| B. 登録                               | 7         |
| i. CNVC認定候補生登録申請                    | 7         |
| ii. 登録の完了                           | 8         |
| C. アセスメントに向けた準備-3~5年間               | 8         |
| i. NVC研修・準備                         | 8         |
| ii. 個人用ジャーナル記入                      | 8         |
| iii. ビデオ録画                          | 9         |
| iv. フィードバックフォーム                     | 10        |
| v. IITまたは同等のもの                      | 10        |
| vi. プレアセスメントの前に準備と準備を自分で行う          | 11        |
| vii. 候補生の新しいアセッサーへの異動(変更を希望する時)     | 12        |
| D. プレアセスメント                         | 12        |
| i. プレアセスメントのスケジュールを設定するための連絡        | 12        |
| ii. アセッサーによるプレアセスメントのためのポートフォリオの送信  | 12        |
| iii. プレアセスメントのアポイントメント              | 14        |
| iv. アセスメントを実施する前に、アセッサーに詳細情報が必要です   | 14        |
| E. アセスメント                           | 15        |
| i. アセスメントセッション                      | 15        |
| ii. アセスメント活動                        | 16        |
| F. 認定:お祝いと嘆き                        | 16        |
| i. お祝い:認定の道の完了                      | 16        |
| ii. 嘆き:認定に向けたアピール(異議表明)のプロセス        | 17        |
| <b>III 費用に関する情報</b>                 | <b>18</b> |
| <b>IV 準備、自己開発及び自己責任-候補生が責任を負うもの</b> | <b>19</b> |
| A. NVCの理解-理論、概念、およびプロセス             | 19        |
| i. NVCモデル:パーツとコンポーネント               | 19        |
| ii. NVCプロセス                         | 19        |

|   |           |
|---|-----------|
| iii. 鍵となる区別 (KD)                                    | 20        |
| iv. トレーニングでよくある質問                                   | 20        |
| B. NVCを生きる-NVCの意識の中で生きる意志                           | 21        |
| C. NVCを教える -NVCの原則と調和の中で                            | 22        |
| i. CNVC認定トレーナーになる意図の明確さ                             | 22        |
| ii. NVCの理論と概念を提示し実演する                               | 22        |
| iii. 効果的に教える能力                                      | 23        |
| iv. フィードバックを受け取り、差し出す                               | 23        |
| v. グループスキル: どうすれば...                                | 23        |
| D. 私がするかもしれないいくつかのこと                                | 24        |
| E. CNVC認定候補生に対する自己質問                                | 26        |
| <b>付録 1 - CNVC 認定プロセスの概要</b>                        | <b>28</b> |
| 1. 事前登録   | 28        |
| 2. 登録   | 28        |
| 3. アセスメントのための準備 - 3-5年                              | 29        |
| 4. プレアセスメント   | 29        |
| 5. アセスメント   | 30        |
| 6. 認定   | 30        |
| <b>付録 2 - 2016 CNVC 認定トレーナー合意書</b>                  | <b>31</b> |
| 前文  | 31        |
| B. CNVCが認定トレーナーに提供するもの                              | 31        |
| C. CNVC 認定トレーナーが CNVC に提供することを求められているもの             | 32        |
| <b>付録3 - フォーム</b>                                   | <b>35</b> |
| A. トレーニングログ   | 35        |
| B. CNVC トレーナーおよびその他の NVC コミュニティメンバーからのフィードバックフォーム   | 36        |
| C. 参加者によるフィードバックフォーム                                | 37        |
| <b>付録4 - CNVC認定トレーナーではない方のために。NVCを共有するためのガイドライン</b> | <b>38</b> |

# I 一般情報

## A. CNVC認定プロセスへようこそ

CNVCは、Center for Nonviolent Communication(CNVC)のCNVC認定トレーナーになるための手順に関心をお持ちいただいていることに感謝するとともに、以下のことがCNVC認定プログラムの明確さと関連性を高めるものと信じています。

認定プロセスでは、CNVCはEducational Services Team(以下「我々は」という)によって代表されます。CNVC Educational Services Teamは、CNVCのアセッサー、CCC(認定コーディネーター協議会)、および米国ニューメキシコ州アルバカーキにあるオフィスサポートスタッフで構成される国際的なワーキンググループです。

CNVCは、NVCコミュニティがどのように組織されたいかを一から考え直すプロセスを開始したと聞いたことがあるかもしれません。このプロセスは「新しい将来のプロセス」と呼ばれます。このプロセスの最終段階の完了と結果の実施は2017年に実現される予定です。一方この認定準備パッケージには、CNVC認定プロセスの世界的な慣行が記述されています。

## B. CNVC研修生認定の目的

非暴力コミュニケーションの発展におけるマーシャル・ローゼンバーグの当初からの目標は、世界をより平和で満足のいく場所に変えることでした。1960年にNVCの探索を始めたとき、彼は最初からこの最大のビジョンを持っていました。マーシャルは、世界の社会変革を促進したいと考えていました。もし、より大きな目標を考えずに、癒しやより充実した関係をサポートするためのだけのツールとしてNVCを使用するならば、既存の支配システムを継続し、繁栄させることになってしまいます。

そのため、1984年にマーシャルによって設立されたCNVCは、平和で公正、かつ持続可能な世界を構築するために、非暴力コミュニケーション(NVC)を利用する人の数を、クリティカルマスにするというビジョンに取り組んでいます。この目標の実現には、優秀なトレーナーによる強力なコミュニティが重要な役割を果たします。

あなたが認定取得への道を歩み始めたことを考えるとき、アセッサーはお互いを尊重し、力を共有しながらその役割を果たしていくという明確な意思を持っていることを理解していただきたいと思います。私たちは、支配と「パワーオーバー」ではなく、パートナーシップと「パワーウィズ」という新しいパラダイムの中でアセスメントのプロセスに参加するという課題を共有しています。私たちは皆、認定プロセスを支配的な観点からのものと解釈するのか、パートナーシップの機会と見なすのかを選択できるのです。

この選択に気づき、その意味を統合することができる候補生たちは、その過程で自分自身のために変容する学びを見つけました。アセッサーとして私たちは常に、すべての人のニーズを尊重する相互プロセスに貢献する方法を学んでいます。

CNVCは、一部の候補生が持っているであろう前提とは異なる認定を提供する独自の視点を持っていることを強調しておきます。CNVCにとって認定は、コミュニティに新たな仲間が参加したことを認め、祝福するものです。本質的には、組織に対するコミットメントを毎年更新することで、ディプロマのように永続的な資格ではなく、組織へのコミットメントの更新なのです。その約束を毎年更新していただくようお願いします。これは私たち、アセッサー、CNVC認定トレーナー、候

補生全員にとって生涯の旅です。認定トレーナーになることは終わりではありません。私たちの学習と成長の継続です。

CNVCには、認定プロセスの長期目標が2つあります。1つは、CNVCと協力してビジョンを実現したいと考えるトレーナーのコミュニティを作ることです。第二は、次世代とそれに続く世代が、NVCプロセスの完全性を維持し、保護する方法でNVCを教えられることを保証することです。

CNVC認定候補生は、CNVCとのつながり、ビジョンへの貢献、信頼性、相互支援、個人の成長を目標に掲げています。

私たちは認定を申請することが厳粛なコミットメントであると認識しています。すべての資料を熟読した上で、認定プロセスに関する詳細な情報が必要な場合は、CNVCオフィスのCNVC認定プログラムサポートスタッフ(certification@cnvc.org)、または質問に答えてもらうためあなたが選んだアセッサーに連絡してください。そして、あなたがこの道と一緒に歩きたいかどうかを相互に決定します。[アセッサーの実際のリストへのリンク]

## C. 認定プロセスの対象

永続的で効果的なCNVCコミュニティを作るために、私たちは次のような人々を探しています。NVCを知っている.....NVCの概念とプロセスの深い理解。

NVCを生きている.....日常生活の指針となるNVC意識への強固なグラウンディング

NVCを共有している.....異なる学習スタイルを考慮してNVCを教えるスキル。

そして、これらのすべての分野で個人的な成長を続けることを望んでいる人々を求めます。

NVCの精神性の本質、社会変革の具体的なビジョン、NVCコミュニティの一員であることなど、候補生にはそれらの領域について、自分との関係を探求する意欲を持ってもらいたいと思います。

そのために、認定を受けていないトレーナーとして最低2~3年間NVCを教えている候補生、プラクティスグループをリードし、さまざまなグループのCNVC認定トレーナーと一緒に重要なトレーニングを受け、トレーニングの進行状況と学習状況を記録するためのトレーニングログと個人的な日記を提供してください。これは、通常3~5年かけて、3つの分野すべてにおいて深みを持つことを示すものです。

マーシャル・ローゼンバーグ氏が1980年に最初のCNVCトレーナーを個人的に認定して以来、CNVC認定トレーナーの数は世界的に増加し続けています。現在、450人以上のCNVC認定トレーナーが世界65カ国以上で、さまざまな言語と文化で活動しています。そのため、認定プロセスは、世界中のさまざまなNVCコミュニティで少しずつ異なる発展をしてきました。

アセッサーグループ、登録料とアセスメント料、候補生のアセッサー選択、言語の選択、認定プロセスの展開方法には柔軟性があります。プロセスの柔軟性がどのようなものであろうと、ファイナル・アセスメントの時点では、結果や実証された能力、日々実際に生きているNVCの絶対的な一貫性があり、そして次世代とそれ以降に対して完全性を持ったNVCの共有があります。

あなたがCNVCの認定取得を目指すか否かにかかわらず、NVCの普及と共有に向けた皆さんの熱意が続くことを私たちは願っています。“[Guidelines for Sharing NVC for Individuals Who Are Not CNVC Certified Trainers](#)” [付表4参照]を参考にしてください。

私たちは、このガイドラインに従うことをリクエストします。あるいは、認定プログラムのサポート担当者 (certification@cnvc.org) までお問い合わせください。

## D. CNVC認定への6つのステップ

認定への道は、6つのステップで構成されています。認定取得を目指す方は、「事前登録手順」からスタートし、次の順に各ステップを完了してください。

- 1.事前登録
- 2.登録
- 3.アセスメントの準備-3~5年間
- 4.プレアセスメント
- 5.アセスメント
- 6.認定

以下の認定準備パケットの情報を参考にしてください。各候補生とアセッサーには独自の関係があり、以降に示す情報では、**グループ**で作業する候補生やアセッサーの柔軟な配置が考慮されていない場合があります。これらの情報は、引き続きアセスメント手順の指針として使用することができ、NVCを知り、能力を持ってNVCを教え、NVCを「生きる」ことを実証できる高度なスキルを持ったCNVC認定トレーナーの一貫した成果につながります。

## E. CNVC認定準備パケット(CPP)の意図

CNVC認定準備パケットには、候補生のNVCに対する意識、スキル、理解を深めるための資料が含まれています。これらの資料は、候補生が自身の進捗状況とプレ・アセスメントセッションの準備状況を判断するのにも役立ちます。また、このドキュメントには、アセッサーに直接支払われるアセスメント料とCNVCへの最終的な認定料に関する情報も含まれています。

認定とCPPの全ての道筋は、候補生とアセッサー双方が「パワーウィズ(対等につながる)」として経験し、生き続けるように協力することを意図して設計されました。私たちは、人々が「パワーオーバー(支配する)」「パワーウィズ(対等につながる)」と「パワーアンダー(服従する)」に関して異なる認識と経験を持っていることを知っています。

CPPを読む際には、言葉の中に隠された「パワーオーバー」を感じたりした場合は、具体的な所見をアセッサーと共有し、CCCと連絡を取ってください。CPPの次の改訂版では、CCCがあなたの懸念を考慮し、合意が得られた時点で変更を行います。

これらの資料は、何がうまくいって何がうまくいっていないかについて候補生やアセッサーから聞き、定期的に改訂されることを期待しています。

現在の文書は固定化されたものではありません。プログラムの設計は、時間の経過とともに変化します。このことは、組織とそのすべてのメンバーのニーズに適応する成長と継続的な発展のしるしです。

Webサイト[\[www.cnvc.org\]](http://www.cnvc.org)を定期的にチェックして最新情報を確認し、アセスメント時に有効な手順についてはアセッサーに問い合わせてください。

## II 手続きと手順-CNVCが提供する構成

### A. 事前登録

CPPのこのセクションを読んでいるのであれば、あなたは自分の意図を明確にし、CNVC認定トレーナーとしてNVCを共有し普及させることへの関心を確認するための重要な第一歩を既に踏見出していることでしょう。認定に向けた旅に出る前に、関心のある方には、その目的を明確にさせていただきたいと思います。そのため、Educational ServicesチームはCPPを注意深く、批判的な目で読むことを強く推奨しています。私たちの経験から、アセッサーに連絡する前に候補生がCPPを深く読んでいれば、CNVC認定プロセスについてのいらいらや誤解を避けることができたことがわかっています。

CPPを確認した後で、一緒に作業するための相互合意を模索するために、選択したアセッサーまたはアセッサーたちに連絡することができます。アセッサーの選択を検討する際に、次のような質問があります：

- 最終アセスメントは、ほとんどの場合、直接実施されます。アセッサーが別の地域に住んでいる場合、相互に合意した場所へ移動する意思がありますか？
- アセッサーはあなたの言葉を話しますか？
- グループと個人のどちらのアセスメントをご希望ですか？
- コミュニティの他の人たちと一緒に認定の道を進んでいきたいですか？それとも、ほとんどの移動を自宅またはビデオ会議で行いたいですか？

このリンク[[アセッサーの実際のリストへのリンク](#)]には、世界中のすべてのアセッサーの現在のリストが表示されます。

この認定の道のりに居る各人がCPPを徹底的に読むことを推奨します(たとえアセッサーと話したことがあり、アセッサーの立場からガイドラインを聞いたとしても)。これは、候補生とアセッサーの間のより明確な理解をサポートするものです。私たちは、この認定の道におけるあなたの共通のコミットメントを明確にするために、今後あなたのアセッサーになる可能性のある人と有意義で深い交流を持つことを奨励します。認定プロセスについての共通の現実を持つことは、アセッサーと候補生の間のより容易なつながりを支援し、将来的に誤解を防ぐ可能性がある。

最後に、アセッサーとのこうした交流は、この認定の道と一緒に歩んでいきたいという相互の願望があるかどうかを示します。また、候補生またはアセッサーのいずれかが、他の人と一緒に学ぶことを望む理由があり、その人が候補生またはアセッサーにとって感情をトリガーする可能性があるかもしれません。双方が満足のいくソリューションを選択する過程で見つけることができない場合、CCC(認定コーディネーター協議会)が対話をサポートします。候補生が、一緒に作業する別のアセッサーに連絡することを決定した場合、両方のアセッサーにその意思を明らかにするよう求められます [II.D.vへのリンク]。

## B. 登録

### i. CNVC認定候補生登録申請

アセッサーに連絡を取り、お互いに協力することになったら、アセッサーに次の6項目を送って候補生として登録してください。

1. 最初のページの見出しには、次の連絡先情報を含めてください。
  - a. お名前
  - b. 郵送先住所
  - c. 電話番号、メールアドレス(しない)、Skype ID、その他の連絡先情報
  - d. 生年月日、出生地
  - e. あなたはどの性別を自認していますか？
  - f. 主言語、その他の言語
2. 受講した**NVC**トレーニングのリスト。日付、場所、トレーニングのタイトル、日数(6~8時間=1日)、コースを指導したCNVC認定トレーナーの名前が含まれます。トレーナー候補生として登録する前に、CNVC認定トレーナーとのNVCトレーニングを10日間以上受講したことを記録してください。
3. 意図表明(約1~2ページ)。CNVC認定トレーナーになる理由を説明したもの。以下の4点が含まれます。
  - a. あなたがフォーカスしている、社会変革についての考え；
  - b. NVCに適用するスピリチュアリティ；
  - c. 所属している、または作ろうと計画しているNVCコミュニティ。
  - d. また、認定トレーナーとしてNVCを教えることと、非認定トレーナーとしてNVCを教えることの違いは何ですか？
4. NVCへの参加に精通したCNVC認定トレーナーによる、特定の観察(書面で、またはアセッサーへの電話で)を伴う推薦。これには、次のような意欲と能力が含まれます。
  - ・新しいアイデアやコンセプトを模索する
  - ・議論や演習に積極的に参加する
  - ・共感を受け取る能力
  - ・共感を差し出す能力
  - ・“今ここ”に留まることができる
  - ・新しい認識と新しいスキルの習得をお祝いする
5. 宣言事項
  - a) 「認定を受けていないトレーナーのためのガイドライン」を読み、それに従うことに同意します。
  - b) 認定に向けた取り組みのガイドとして、認定準備パッケージ全体をダウンロードして印刷し、注意深くお読みください。質問のリストを作成し、アセッサーと相談します。
  - c) CNVC Certified Trainers Agreementを読み、プレアセスメント時に現在のバージョンに同意するよう求められることを理解します。ご質問があれば、今が話し合いの時間です。
6. 選択したアセッサーに支払う出願手数料(推奨される料金範囲[III料金情報へのリンク]を参照)。一度支払った手数料は、返還されません。

## ii. 登録の完了

6つの項目すべてを受け取った後、アセッサーはそれらを読み、あなたが述べた意図がCNVCのビジョンや目標と一致しているかどうかを確認し、すべての情報が完全であることを確認します。すべての項目が完了していない場合、または申請について質問がある場合は、アセッサーまたは登録コーディネーターが詳細な話し合いを行うために連絡します。認定候補生として登録するための合意に達すると、アセッサーはCNVCオフィスに通知し、登録の最終手順を送付し、認定候補生のCNVCコミュニティへの参加を歓迎します。

何らかの理由で候補生としての登録に関して合意に達しない場合、アセッサーはCCC(認定コーディネーター協議会)に対し、合意に達しなかったことを通知します。必要に応じて、CCCとの対話も開始できます。

## C. アセスメントに向けた準備-3~5年間

### i. NVC研修・準備

プレアセスメントを依頼する前に、候補生は、CNVC認定準備文書の資料に沿って作業し、認定されていないトレーナーとして少なくとも2年間NVCを教え、さまざまな学習スタイルを体験するために、少なくとも3人の異なるCNVC認定トレーナーからNVCのトレーニングと指導を受け、トレーニングログと個人的な日記を記録して、進捗と学習を記録することを期待しています。これは、NVCを生きること(個人的成長)、NVCスキルの深化、及び教えるスキルを、全ての期間にわたって実践して示す(demonstrate)こととなります。

NVCチームおよび/または認定トレーナーがいる地域に住んでいる場合、候補生は指導、チームティーチング、ボランティア、プロジェクトへの参加などのために彼らと協力するよう強く奨励されますが、強制されてはいません。このようにして、自分自身のトレーニングスキルに関するフィードバックを集め、反応、学習のエッジ(learning edge)などについて書きます。自分の地域に参加したいコミュニティがない場合は、同じニーズを満たすために独自のNVCコミュニティを作るよう求められます。また、他のCNVC認定トレーナーと協力してNVCのワークをオーガナイズし、認定トレーナーと候補生、相互のニーズを満たすことも有効です。

### ii. 個人用ジャーナル記入

NVCの学習、成長、洞察を定期的に記録してください。ジャーナリング(日記)は、人生における内的な出来事や外的な出来事を単に記録するのではなく、探求(問い、考え、学ぶ)の手段として使用します。このジャーナルの目的は2つあります。まず第一に、あなた自身の自己発見のために、自分自身の進捗を記して評価することです。第二に、NVCの誠実さと精神に合致した方法で、NVCのプロセスを理解し、教え、生きる上での自覚とスキルをアセッサーに伝えることです。

私たちは、ジャーナルのフォーマットとタイミングが、あなたの学習をサポートしているかどうかを知ることに興味を持っています。私たちにとってそれが主な目的です。私たちはまた、私たちが

求めている情報を提供し、あなたが自分の個人的な経験を表現する最善の方法を提供するフォーマットを、相互に合意したいと思っています。

可能であれば日記をタイプしてください。長々と物語を書くのではなく、簡潔にすることを心がけてください。学習の定期的なジャーナルを書くときは、少なくとも年に2回はアセッサーに送ってください。パートIV.D .3のジャーナルのアウトラインを試してみて、自分の学習の進捗状況を時系列でグラフ化できるかどうかを確認してください。週に一回報告するか、月に二回報告するか、あるいは「人生の一大事(life intervanes)」時に大きなギャップを報告するかはあなた次第です。

あなたのジャーナルの内容は以下のようなになるでしょう:

私は日常生活でNVCをどのように使っているだろうか:人間関係、職場、行き詰まった場所、内的なジャッカル(会話、お祝い、そして「混乱(messes)」の整理(観察、感情、ニーズ、リクエストを伝えることでNVCのスキルを示すすべて)。たとえば、次のようにNVCを使って書く中で再体験(replay)します。

1. 意図した方法でコミュニケーションまたは応答できなかったやりとり  
(「それは大変だったね～」と共感したつもりだったら、「わかるはずないでしょ…」と相手が言った)
2. やりとりを内的に処理するために行ったこと  
(自己共感してニーズを知り、ゼロステップにもどったうえで、他者共感した)
3. 結果として、あなたが違ったやりかたでしたこと

セクションIV.D .2(私がするかもしれないこと。)には、ジャーナリングに関するより多くの提案があります。

もし必要であれば、(ジャーナル内で)誰かが特定できないようにする場合は、イニシャルまたは別の名前を使用します。あなたのジャーナルは機密とみなされます。トレーナー認定におけるアセスメントに関係する人以外には共有されません。プレアセスメントセッションの終了時に返却されます。

### iii. ビデオ録画

アセッサーがあなたの研修を直接見るできない場合は、研修のビデオを録画し、そのビデオテープをアセッサーに送付することを相互に決定できます。以下に、このようなビデオ録画の内容についていくつかの提案を示します。また、トレーニングについて独自のフィードバックを送信してください。これにより、アセッサーは、候補生が録画から学んだことと、どこに同意しているのかを認識できます。

ビデオテープの長さは1本につき通常60~90分で、NVCワークショップには次の両方を含めることができます。

(a) 受講者との対話、候補生がいかにリアルタイムでNVCを適用しているか

ex.その場での伝え返しや共感、その場での自己共感など

(b) 候補生がNVCの概念を提示し、説明するような、教える場面

ビデオは、さまざまなセグメントを編集したものです。カメラは、参加者の一部(音を犠牲にしない限り)を捕らえるために、候補生から一定の距離に置くことになるでしょう。

候補生は、アセッサーにビデオに関する次の情報を提供します。

- イベントの種類と期間(例:1日のイントロワークショップ、2時間の練習グループなど)?
- 参加者の人数と参加者(一般市民、1つの学校の教師のグループなど)
- 参加者がNVCを使用した経験はどれくらいか、候補生は個人をどの程度知っているか。
- 各セグメントの撮影日
- 送信される各セグメントの長さ

私たちは誰でも間違いを犯します。トレーニング中に何かをしたり言ったりして、違うことをしておけばよかったと思います。私たちは、あなたのビデオが「パーフェクト」であることを期待していませんし、あなたが不満を感じるかもしれないトレーニングのすべてのセグメントを排除することを望んでもいません。

代わりに、あなたが選んだセグメントについて、あなた自身の批評(書いたものか、テープまたはCDのいずれか)を提供することをお願いします:あなたが満足していると思ったもの、うまくいったもの、うまくいかなかったもの、(もう一度やるとしたら)どんな違ったやり方ですか、あなたの学びのエッジ、あなたが役立つと思うサポートについて。

#### iv. フィードバックフォーム

(付録3から必要な数のフォームを複製してください。)

あなたと一緒に仕事をしたCNVC認定トレーナー、NVCメンター、その他NVCコミュニティメンバーの少なくとも三人から、最低10枚のフィードバックフォーム(CNVCTレーナーおよびその他のコミュニティメンバー向けフィードバックフォーム(付録3.2を参照))をいただきたいと思います。

また、あなたが指導、共同指導または支援したトレーニングから、最低10枚の「参加者フィードバックフォーム」(付表3.3参照)を受領したいと考えています。

すべてのフォームにページ番号をつけて、その特定のフィードバックから学んだことと、その結果、次はどのような別のやり方をしようと思うかを説明してください。送信するフィードバックフォームを選ぶときには、自分について何かを学んだ、または参加者のニーズがどのように満たされたかを示すものを選択してください。

#### v. IITまたは同等のもの

認定を受ける前にIITに参加することを強くお勧めしますが、CPPに「要求事項」があることと整合性が取れていないため、認定を受ける前にIITに参加しない場合は、以下のような要望があります。

- 数日にわたる深い合宿型トレーニング
- 国際的なNVC経験
- 十分に経験した領域:NVCコミュニティ(継続的なピアサポート)、精神性、社会的変革
- 複数のCNVC認定トレーナーおよびメンターとの重要なNVC経験
- CNVCとのつながりを確立し、CNVCのミッションをサポートすることを明確に優先し、年1回の更新を希望しています。

認定前にIITに参加しなかった場合は、認定トレーナーとして最初のIIT費用を支払います。

## vi. プリアセスメントの前に準備と準備を自分で行う

現行のCNVC認定トレーナー契約書の「C. CNVC認定トレーナーがCNVCに提供するよう招かれているもの」には、以下の項目が記載されています。またこれらは、CNVCの認定を希望する候補生にも適用されます。次の項目についてアセッサーと話し合う準備をしてください。

CNVC認定トレーナーコミュニティの相互サポート:

- 配布資料やその他のトレーニング資料を相互に共有したり、CNVCと共有します。元の作成者を著作権者として明記します。
- サポート、つながり、およびフォローアップのために、CNVC認定トレーナーおよびNVCコミュニティ(CNVCのウェブサイトに掲載されています。)に連絡してから、その地域でNVCのワークをはじめてください。
- 地域の他のCNVC認定トレーナーと協力し、新しい地域でのトレーニングの調整を検討します。

継続的な学習のサポート:

- トレーニング参加者から何らかの方法でフィードバックを受ける(書面による評価フォームまたは口頭によるフィードバック)
- 他のCNVC認定トレーナー、CNVCスタッフ、代表者にフィードバックすることで、NVCの意識を理解し、世界中でNVCの意識を高めることができます。
- 他のCNVC認定トレーナーとの共同作業およびワークショップへの参加を検討し、他のCNVC認定トレーナー、CNVCスタッフおよび代表者への参加を無料で提供することを検討する。
- 以下の質問に対する個人的な回答についてふりかえり、それをあなたの年間CNVC認定トレーナー報告に書きます。
  - 私がこの世界で見たい社会変革をつくるために、どうNVCを使うのか?
  - 私の目から見たNVCのスピリチュアリティ(またはNVC意識)をどのように教えるか?
  - 私は、金銭のやりとりを含む思いやりを持って与え、受け取る概念を生きているのだろうか?

NVCコミュニティに参加する:

- 地域または他のNVCコミュニティへの参加
- 対立が生じるかもしれないことを受け入れ、それを解決するために働くことをいとわない; 必要に応じて対話のためのリソース(他のCNVCトレーナー、調停など。)を見つける; 「プロセスを生きること」を示すことができること、つまり、つながりを模索する意欲を示すこと、解決しようとする明確な意志を示すこと

## vii. 候補生の新しいアセッサーへの異動(変更を希望する時)

認定に至る過程では、様々な理由から、候補生は当初相互に決定したアセッサーとは異なるアセッサーと活動をしたいと思うかもしれません。この場合には、次の手順を提案します。

1. 候補生は、元のアセッサーとの未完了の対話を完了し、相互に満足する結論に達します。
2. 当初のアセッサーと新たなアセッサーとの対話により、移転に関する相互の合意が得られ、その理由が理解され、合意される。
3. すべての記録は、新しいアセッサーに渡されます。
4. 候補生と新たなアセッサーとの間で、お互いの関係やどのように協力していくかということについて対話し、相互理解する。

## D. プリアセメント

### i. プリアセメントのスケジュールを設定するための連絡

あなたが準備のレベルに満足し、プリアセメントの書類が完成していると確信できたら、プリアセメントに移行するための合意についてアセッサーと話し合ってください。自分の時間とアセッサーの時間を考慮して、プリアセメントセッションのスケジュールを設定する約2~3か月前にアセッサーに連絡します。

このドキュメントの付録2に記載されている現在のCNVC認定トレーナー契約をよくお読みください。署名できない懸念事項がある場合は、プリアセメント資料を送付する前に、アセッサーに連絡して、この問題についてさらに詳しく説明してください。

### ii. アセッサーによるプリアセメントのためのポートフォリオの送信

CNVC Certified Trainers Agreementに従う準備ができれば、次のステップとして、プリアセメントのポートフォリオをアセッサーに送信します。次の項目を含む完成したプリアセメントの書類をアセッサーに送信してください。

1. CNVC認定トレーナーになる目的の表明。プロセスの中で進化してきたあなたの成長に対する現在の見方を説明してください。
2. 個人的な日記の記入:3~5年の間に日記を書いたことから学んだことを要約して振り返り、達成を祝います。
3. Non(※CPP原文に3がない)
4. フィードバックフォーム:最低10名の参加者フィードバックフォームと10名のCT(Certified Trainers)/NVCの同僚のフィードバックフォームに、あなたの応答と新しい学習内容を加えて、時間の経過とともに進歩が見られるように全体的なレポートを作成してください。フィードバックの結果、あなたが学んだことと、フィードバックをもらったことで今は異なるやり方でやるようになったことの具体的な例を挙げてください。3~5年間にわたるフィードバックの収集から得られた教訓を要約し、振り返ります。
5. 全研修一覧
  - ・CNVC認定トレーナーとのトレーニング:  
最初にメモしたトレーニングと、認定プロセスの開始以降に追加したトレーニングの両方を含む、すべてのトレーニングをリストします。それぞれの日付、場所、トレーニングのタイトル、日数、CNVC認定トレーナー名、トレーニングの総日数を

記入してください。認定を受けるには、最低50日間のトレーニングが必要です。これには、少なくとも一回の国際集中トレーニング(強く推奨)が含まれます。これは最小値です;ほとんどの候補生は、自分のNVCスキルに自信を持つ前に、最低限よりもはるかに多くのトレーニングを積んでいると述べています。

・**CNVC**認定を受けていないトレーナーとのトレーニングとしての認定:

必要な50日間のトレーニングのうち20%は、CNVC認定を受けていないトレーナーとのトレーニングも承認される場合があります。あなたのアセッサーがその非認定トレーナーと個人的な関係を持っている場合か、知っていて尊敬しており、あなたがその人からNVCの価値観と調和したNVCTレーニングを受けていると信頼できる場合に受け入れられます。特定の非認定トレーナーがアセッサーに受け入れられるかどうかは、候補生とアセッサーが相互に決定する。

・**NVC**認定資格取得のためのテレコースおよびオンライントレーニング:

CNVCの認定候補生の多くは、従来の対面式のワークショップやトレーニングプログラムに加えて、現時点で提供されている別の方法のトレーニングへの参加を、トレーニング日数として認めることをリクエストしてきました。私たちは、効果的で、低コストで、利用しやすいNVCTレーニングの単位を認める(クレジット)ことで候補生を支援したいと思います。

次のガイドラインの範囲内であれば、候補生として前の研修の単位を取得できます。次のガイドラインに基づく代替NVCTレーニングのクレジット:

- a. CNVC認定トレーナーから研修を受けている。
- b. このトレーニングはインタラクティブで参加型である。
- c. 研修は、フィードバックを提供したり受けたりする機会を提供している。
- d. 特定の記録保持:トレーナーの名前、日付、トレーニングの正確な時間、トピック、サイト。
- e. 各訓練経験について、学習した要点をまとめた文書:1~2パラグラフ

アセスメントのプロセスの前に、トレーニング全体の最大30%を蓄積できます。

6. トレーニングログ(付録3.A参照) あなたが提供、または支援したNVCTレーニングのトレーニングログ。これには実践グループ、導入のプレゼンテーション、より長いワークショップとコースが含まれます。自己認識と成長をサポートするために、時間をかけて自分の反応や新たな学びと共にログを書いてください。
7. **NVC**の概念およびKD(主な相違点):NVCの概念の一部またはすべて(候補生とアセッサーが相互に何人の候補生を選ぶか)、および第IV章A(NVCを知る-理論、概念、プロセス)に記載されているKD(主な相違点)について、書面に書くか、録音テープ、またはビデオテープに、あなたの最善の理解を記録してください。それぞれの重要な違いについて、支配パラダイムとパートナーシップ概念の違いを説明してください。あなたの研修で教えているように説明してください。
8. アセスメント手数料-アセッサーに支払う必要があります。[III料金情報へのリンク]

### iii. プリアセスメントのアポイントメント

アセッサーに連絡して、送付した料金や資料がすべて届いていることを確認しましょう。アセッサーが書類を受け取ると、資料のレビューに必要な時間を教えてくれます。またこの期間、アセッサーは、トレーナーコミュニティとアセスメント担当チームの両方で候補生を知っている人から

フィードバックを求めます。すべての資料を検討した後、アセッサーが候補生に連絡します。双方は、プレアセスメントに対する候補生の準備状況を相互に決定し、プレアセスメントセッションの日程について合意します。アセッサーがあなたの指導スキルについて十分な知識や経験を有しておらず、プレアセスメントに進んでもよいと感じていない場合には、アセッサーはあなたの準備状況に自信を持てるように、より多くの情報を求めることがあります[下記D.iv参照]。

プレアセスメントの目的は、学習のエッジを探り、ファイナル・アセスメントを進めるか、さらなる実践と研究を優先してアセスメントを延期するかのいずれかの合意に達することです。プレアセスメントのプロセスは、ファイナル・アセスメントの完了をサポートします。私達は、ファイナル・アセスメントをあなたの達成のお祝いにはしたいと思っています。

プレアセスメントセッションが完了し、前に進む相互決定ができた場合は、アセッサーとアセスメントセッションのためのアポイントメントを設定します。この決定を先に進めない場合は、認定を受ける準備が整っていることを裏付けるさらなる準備について、アセッサーに説明を求めます。アセッサーはこの情報を書面で提供し、このコピーを候補生ファイルにまとめます。

#### iv. アセスメントを実施する前に、アセッサーに詳細情報が必要です

アセッサーがあなたの教育スキルについてより多くの知識を必要とする場合、プレアセスメントセッションに同意する前に代替手段としてビデオテープを要求することができます。アセッサーは、このアセスメントについて一定範囲の手数料(または同等の)を請求することができます。

セクションII.C.iii(ビデオ録画)では、このようなビデオを作成する方法について、さらに提案があります。

ビデオの相互レビューの後、アセッサーまたは候補生がプレアセスメントに進むことに不安がある場合、アセッサーおよび候補生はビデオについて互いにフィードバックし(または代替)、候補生が別のプレアセスメントセッションに進む前に、どこでより多くの作業を行うことができるかについて合意します。

プレアセスメントに関する相互の合意がない場合は、半年以内に別のビデオ(または代替)を提出することもできます。その都度、アセッサーに支払うべき手数料の幅があります。候補生は、希望する回数だけプレアセスメントを申請できます(申請から申請まで6カ月以上の期間を要する)。

## E. アセスメント

### i. アセスメントセッション

アセスメントセッションに関する以下の注記では、アセッサーのグループが共同で作業したり、グループアセスメントを実施したり、候補生に対してグループトレーニングを実施したりすることは考慮されていません。これらのノートは、候補生とアセッサーの1対1の関係に焦点を当てています。この情報は、引き続きアセスメント手順の指針として使用することができ、新しい認定トレー

ナーの一貫した成果につながります。新しい認定トレーナーとは、NVCを知っており、NVCを教えることができ、NVCを”生きている”ことを示すことができる人です。

アセスメントセッションは、フィードバックを交えた一連の活動と、その後のアセスメントで構成され、最低1~3日かかると予想されます。

この時間のブロックには、準備の所見、アセスメント活動、相互に進行中のフィードバック、候補生とアセッサーの両方にとっての学習のエッジ、および次のステップのディスカッションが含まれます。

アセスメントプロセスの目的は、NVCを理解し、生き、共有するコンピテンシーを示すことであり、アセスメントのプロセスにおいてNVCを生きることには、候補生とアセッサーの自己認識 (Self-awareness) と自己評価 (Self-assessment) が含まれます。私たちは熟練より自己認識を求めています。私たちは、NVCの意識とのつながりが失われたときに、自分が戻る道を見つけることができることを知りたいのです。アセスメントセッション中いつでも、候補生またはアセッサーのいずれかが現状に満足していない場合は、この問題について対話するために「ストップ」することを求めることができます。

このプロセスを通じて、候補生とアセッサーの双方が候補生の準備レベルを明確にすることが期待されます。この経験を通して、フィードバックの機会があります。

セッションの終了時にアセスメントが完了し、候補生とアセッサーの両方が満足しているという共通の決定がある場合、候補生とアセッサーは将来の成長に向けて学習のエッジを探求し、認定のための最終ステップをレビューし、アセッサーはアセスメントの完了をEducational Services チーム[下記F.i項参照]にアナウンスします。

相互の意思決定が認定の延期である場合、アセッサーと候補生はさらなる準備のための戦略について話し合います。認定延期の相互決定が、いずれかの当事者にとって妥当な期間内に決められないとき、アセッサーは、次のステップとして、候補生に審判請求プロセスを通知します。[下記F.ii参照]

## ii. アセスメント活動

NVCの概念とプロセスのリストは、KD(主要な相違点)やよくある質問を含めて、第IV章A(NVCを知る-理論、概念、プロセス)に列挙されています。アセッサーは、下記の3つの領域に示されるこれらの概念とプロセスの一部について理解しているかどうかを求めます。

1. 概念とプロセスに関する口頭での説明。それぞれの概念やプロセスを説明するために、簡単に思い出したり、明確にしたり、例を使ったりできるようにしてほしい。
2. これらの概念とプロセスがどのように適用されるかのロールプレイによるデモンストレーション。私たちがロールプレイで求めているのは、あなたがNVCの意識の中にとどまり、いつ共感したり表現したりするかを選択し、感情やニーズとつながっていることです。これらのロールプレイは、次の3つのカテゴリに分類されます。
  - 家族、パートナー、友人、同僚、隣人などが関係する一般的な個人間の状況。

- NVCのトレーニングを主導したり、NVCのイベントを主催したりするNVC「リーダー」の状況。
  - 特定のグループ、機関、組織の展望や行動の変化に貢献したり、影響を与えたりする社会変革の状況。
3. アセスメントセッション中に、自分とアセッサーとの実際の対話にそれらを統合します。アセスメントセッションでは、次のことが求められる場合があります。
- 自分が選択した状況のロールプレイを設定する
  - NVCの重要な側面についての模擬プレゼンテーションを行う
  - NVCの概念とプロセスに関する質問への回答する
  - 特定の状況で自分自身に共感したり、内的葛藤にアプローチする方法を示したり、説明したりする
  - アセッサーのフィードバックに応える(歓迎できないかもしれないフィードバックを含む)
  - 誰かとの未解決の対立を語る。「対立」とは、あなたのハートが他の人にどの程度でもシャットダウン(心を閉ざす)している状態のことです。
  - 一般的にも、このアセスメントのプロセスのためにも、自己評価を提供します。
  - (自分の歩んできた)アセスメント・プロセスを評価する。

## F. 認定:お祝いと嘆き

### i. お祝い: 認定の道の完了

認定の道の完了を祝して、CNVCは認定トレーナーコミュニティに電子メールで通知し、アセスメントが成功裏に完了したことと、コミュニティの新しいメンバーとして歓迎することを通知します。実際にメッセージをトレーナーのYahoo!グループに送信する前に、CNVCの認定スタッフは、新しい認定トレーナーの管理登録を完了するため、候補生に「認定の最終ステップ」レターを送付します。最終的な手順は次のとおりです。

1. 候補生は、オンラインデータベースに個人情報や連絡先情報を入力するか、ハードコピーを使用してメールで送信します。
2. 候補生は、署名済みのインストラクター契約書を送付するか、cnvc.orgでオンラインで記入します。
3. 候補生は、認定発表に含まれる短い経歴を電子メールで送信します。
4. 候補生は、認定プロセス中に受けた、および提供したNVCトレーニングのリストを送信します。
5. 候補生がCNVCに認定料を送る

CNVC管理スタッフは要求されたアイテムをすべて受け取った後、内部記録を更新し、あなたをウェブサイトとトレーナーYahoo!グループに追加します。最後に、トレーナーのYahoo!グループにあなたの経歴と認定を発表し、コミュニティの新しいメンバーが誕生したことをお祝いします。

### ii. 嘆き: 認定に向けたアピール(異議表明)のプロセス

以下の方針は、登録、プレアセスメント又はアセスメントについて相互合意が下されていない場合のアピールの手続きについて説明しています。

アピールを開始するには、CCC(認定調整審議会)に直接連絡するか、CNVC認定スタッフにCCCへの連絡方法を問い合わせてください。

1. 候補生は、アセスメントのプロセスの3つの分岐点のいずれかでアピールを開始できません。
  - a. 登録
  - b. プレアセスメント
  - c. 最終アセスメント。
2. アピールは、関係当事者による合理的な誠実な努力の後に相互の合意が成立しなかった場合に請求することができる。
3. 候補生は、CCC(認定調整審議会)に連絡し、懸念についての書面による声明を送るよう手配することができる。その後、CCCは、CNVCの認定スタッフまたは関係するアセッサーに連絡して、より多くの情報を収集し、双方が合意できる結論に達するように協力する。
4. CCCは、1、2回のビデオ会議の時間枠内に、無料で調停活動を提供する。更なる調停が必要な場合、CCCは、調停努力に対する補償の方法について調停中の当事者と交渉する。

### III 費用に関する情報

| タイミング    | 金額   | 宛先    | 備考  |
|----------|--|-------|---|
| 登録       | 範囲は<br>100-250USD(または地域の文化に見合ったもの)*  | アセッサー |   |
| プレアセスメント | \$250~\$600USD(または地域の文化に見合ったもの)*<br>[ビデオによるアセスメントが必要な場合は、アセッサーに\$100~\$250*] | アセッサー | アセッサーは、約1日かけてプレアセスメントの書類を確認し、さらに時間をかけて候補生と話し合い、最終アセスメントセッションをスケジュールするかどうかを決定します。プレアセスメントの書類と一緒にアセッサーに支払える料金を同封してください。 |
| アセスメント   | \$250~\$600USD(または地域の文化に見合ったもの)*   | アセッサー | アセッサーは、最終的なアセスメントセッションのために、約1~3日間、候補生とミーティングを行う予定です。この費用はアポイントメントの際にアセッサーに直接お申し出ください。                                 |
| 認定       | 250ドル  | CNVC  |   |

\* これらの数字は米国経済に基づいています。私たちは、(1) アセッサーがその持続可能性に貢献する手数料を受け取り、(2) 認定がすべての文化圏の人々にとって利用しやすいものとなるよう、すべての文化圏の経済状況、生活水準、為替レートを考慮したいと考えています。ですから、アセッサーと相談して、支払いを希望する通貨とその範囲の金額をお互いに合意してください。

最終的なアセスメントが成功したとアセッサーが相互に判断した場合は、認定プロセスを完了するためにCNVCオフィスから指示された必要な情報とともに、CNVCに支払う認定料金を提出してください。

プレアセスメントの後にアセスメントが行われない場合でも、アセッサーの時間を考慮してプレアセスメント料金が適用されます。候補生は6か月後に再申請することができ、追加のアセッサーの時間のために再び手数料を支払うよう要求されることがあります。

これらの料金を満たすのが困難な場合は、支払い延期、支払い計画、現物支給サービス、自分で資金調達を行うためのリソースなど、代替案についてアセッサーと話し合ってください。

意欲と喜びをもって差し出し・受け取れる場合には、アセッサーは、候補生にこの範囲を超えて貢献することを検討してもらいたいと考えます。候補生は、アセッサーが自分のために努力している

ことを認識した上で、この範囲を超えて貢献することができます。それにより、リソースの少ない他の候補生を支援することができます。

## IV 準備、自己開発及び自己責任－候補生が責任を負うもの

NVCの概念に対する理解の深さを評価するために、次の問い自分に訊ねてみてください。

### A. NVCの理解－理論、概念、およびプロセス

この章の目的は、NVCの概念およびプロセスについて深く理解し、NVCの概念について精通し、理解し、思い起こしてみることです。私は、NVCの目的、その哲学的仮定、命から切り離された／命とつながったコミュニケーションの概念、共感の質、「キリンダンス」の要素を理解しているだろうか？ここでは、NVCの基本的なコンセプトとプロセス、およびNVCのトレーニングでよく尋ねられるいくつかの質問(FAQ)について説明します。

#### i. NVCモデル: パーツとコンポーネント

1. NVCモデル: 正直な自己表現、共感的に受け取る、四つの要素(それぞれの目的・特徴)、キリンダンス
2. 四つの耳(受け取りにくいメッセージを聞くときの4つの選択肢)
3. 3種類のキリンのリクエスト

#### ii. NVCプロセス

1. 他人の怒りを聞くこと(非難、批判)
2. 「NO」を表現する
3. 「NO」を聴く
4. (a) 外部からの刺激 (b) 内部からの刺激がある場合の自己共感
5. 嘆き悼むこと(Mourning)と、後悔から学ぶこと
6. キリンの叫び
7. 話をさえぎる
8. 感謝の気持ちを表す
9. 感謝を受けとる
10. ニーズを意識した意識的な選択
11. 「謝罪」の表現
12. NVC対話による内部対立の解決

### iii. 鍵となる区別 (KD)

1. 「キリンであること」vs「キリンをすること」
2. キリンの正直さvsジャッカルの正直さ
3. 共感vs同情またはその他の応答(問題解決、安心させる、物語を伝える、その他)
4. 防衛的な力の行使 vs 懲罰的な力の行使
5. 力を合わせる(パワーウィズ)vs力の行使(パワーオーバー)
6. 感謝を表すvs 同意を求める／お世辞を言う／ほめる
7. 選択vs服従または反抗
8. 観察vs評価の混ざった観察
9. 感情vs思考の混ざった感情
10. ニーズvsリクエスト
11. リクエストvs強要
12. 刺激vs原因
13. 価値判断vs道徳的判断
14. 自然なvs習慣的な
15. 相互依存(相互共存)vs依存または独立
16. 命につながるvs.命から切り離される
17. シフトvs妥協
18. 貫くvs. 強要する
19. 自己規律vs.服従
20. 権威への尊敬vs. 権威への恐れ
21. 無防備さvs.弱さ
22. 行動としての愛 vs. ニーズやフィーリングとしての愛
23. 自己共感 vs 感情を態度で表す、抑圧する、または感情にひたる
24. 日常的なキリンvs古典的な(形式張った)キリン
25. 共感的に察するvs. 知的な推測

### iv. トレーニングでよくある質問

1. なぜ感情やニーズに集中することが重要なのでしょうか？
2. 非暴力コミュニケーションは、紛争の処理方法をどのように変えることができますか？
3. 共感をどう定義しますか？共感と同情の違いについてもう少し話していただけますか？
4. 私は、あなたが独自の形で感謝を伝えることを理解しています。:誰かがどれほど素晴らしいかを伝えるのとどう違うのでしょうか？
5. あなたは、私の存在を「誰かの苦痛に対して与えることができる最も貴重な贈り物」だと言いました。それはどういう意味ですか。
6. Marshallの「誰かの痛みを楽しむさま」という言葉を聞いたことがありますか、これはどういう意味ですか。
7. 共感するとき、なぜ私たちは話し手が何を感しているかを単に尋ねるよりも、推測するのでしょうか？
8. あなたは私たちが他の人がどう感じるのかに責任がないと言っているのですね。では、私たちは何に責任があるかを教えてください。

## B. NVCを生きる-NVCの意識の中で生きる意図

この段落の目的は、それぞれの瞬間に生活の中でNVC意識を体現するという意図を強調することです。そのためには、NVCコミュニティの一員になるか、地域コミュニティではないにしても、子育て、教育、ビジネス、社会変革など、特別な関心を持つグループのためのバーチャルコミュニティを作ることが必要です。お互いのイベントを宣伝し、日付を相談し、あなたの活動についてお互いに情報を提供することで、コミュニティの他の人と積極的に協力すること。競争やヒエラルキーのない、協調の精神で活動するコミュニティを作りたいと思っています。これは継続的な学習と共有を確実にし、世界中の協力的なNVCコミュニティの発展を支援します。

私たちは自問するかもしれません。自分自身を感情とニーズの意識の中にとどまる(グラウンドする)ために、何をしていますでしょうか？一心から、より完全に生きるために

1. 十分に心から生きるために、感情とニーズ意識の中に自分をグラウンディングさせていますか？
2. 自分自身に共感する能力を深めるために何をしていますでしょうか？
3. 瞬間ごとに”今ここにいる”能力を発達させるため、何をしていますでしょうか？
4. 世界を共感的に受け入れる私の能力を深めるために、何をしていますでしょうか？
5. 話すとき、または行動するときに、自分の意図を意識するようになるために、何をしていますでしょうか？
6. 私のコミュニケーションに明確さをもたらすために一他者に本当に理解してもらえる方法で表現するために、何をしていますでしょうか？
7. 充実した人間関係を築き、周囲の人たちと調和して生きていくために、何をしていますでしょうか？
8. 他の人や全ての命とのつながりを深めるために、何をしていますでしょうか？
9. 心から与える能力を高めるために、何をしていますでしょうか？
10. 自分や他の人にもっと感謝するために、何をしていますでしょうか？
11. 感謝と豊かさをより多く生きるために、何をしていますでしょうか？
12. 他人の喜びをもっと喜ぶために、何をしていますでしょうか？
13. 私の人生に思いやりを育てるために、何をしていますでしょうか？
14. 自分が話したり行動したりするときに、他人に何を求めているかについての認識を深めるために何をしていますでしょうか？
15. 「キリンの耳が落ちた」時(メッセージの聞き方に選択肢があることを忘れてしまった場合)に対する認識を深めるために何をしていますでしょうか？忘れていたことに気づいた時に、何をしますでしょうか？
16. もっと生きていけると感じるために、何をしていますでしょうか？
17. 私が頭の中にいて心から切り離されていることをもっと意識するために、何をしていますでしょうか？
18. 私の人生にもっと自由を経験するために、何をしていますでしょうか？
19. 怒りを完全に表現するために、何をしていますでしょうか？
20. 私の人生において、より明確さを経験するために、何をしていますでしょうか？
21. 私の人生において、もっと平和を経験するために、何をしていますでしょうか？

## C. NVCを教える -NVCの原則と調和の中で

この段落の目的は、明確な意図、効果的なプレゼンテーション、フィードバックに対するオープンさを明確にすることです。これには、我々のNVCに対する理解を伝える力が含まれます。すなわち、概念を提示する力と、他者の学習ニーズを効果的に支援するやり方で、実践を促す能力です。明確な意図には、NVCの精神性を理解し生きること、その精神性がトレーニングに含まれていることを、あなたにとって心地よく本物(Authentic)である方法で示す力が含まれています。また、NVCプロセスが提供するビジョンとモデルの4つのステップの違いを示すことができます。

また、社会的・政治的変革が非暴力的コミュニケーションの教えの基礎をなす基本的な哲学であるという理解から、NVCの教えやNVCの活動に社会変革の要素や意識が含まれていることを示す能力も明確な意図に含まれている。

ふりかえりのための質問を以下に示します。

### i. CNVC認定トレーナーになる意図の明確さ

1. CNVC認定トレーナーになりたいと思っている理由は何ですか？
2. NVCを教えたいと思っている理由は何ですか？
3. これをすることで何をしたいのでしょうか？これをすることから何を学びたいのでしょうか？
4. 自分が真実を教えていると思いますか？他の人が違う真実を持つことは可能ですか？他の人が私の教えているNVCに同意することはどれくらい重要ですか？
5. NVCの地域チームやCNVCに対する私のコミットメントは何ですか？私の存在はどのようにNVCコミュニティを豊かにしますか？コミュニティの結束、調和、成長に貢献するにはどうすればよいでしょうか？麒麟の世界を作るビジョンに参加する動機は何ですか？

### ii. NVCの理論と概念を提示し実演する

1. NVCの概念について理解していることを他の人に伝える能力をどのように身につけるか？
2. NVCに関する他の人の質問を理解し、回答する能力をどのように身につけるか？
3. 練習グループを率いたり、教える内容を伝えたりする自信を深めるにはどうすればいいか？
4. 参加者が自身の学習ニーズを手放さずに私にアプローチできるために、どのように私の能力を発展させるか？

### iii. 効果的に教える能力

1. 提示する最も重要な情報は何だと思いますか？(その単元／ワークショップで)

2. そのための材料をどのように取り揃えますか？
3. (原文にもなし)
4. (原文にもなし)
5. どのような教材、カリキュラム、活動、事例などを使用しますか？
  - a. 参加者の興味を引くにはどうすればいいですか？
  - b. 明確さ、包括性、説得力などの質を高めるにはどうすればよいですか？
  - c. ロールプレイやその他の描写を使用して、トレーニング中に型の実演を行うスキルと流暢さをどのように身に付けることができますか？

#### iv.フィードバックを受け取り、差し出す

1. 自分自身や他の人の成長のためのリソースとして、どのようにフィードバックを求め、正直なフィードバックを与えたり受け取ったりする能力を強化しますか？双方のニーズを満たす可能性の高い方法で、他の人にフィードバックを差し出すにはどうすればよいですか。
2. 自分の持っている知識を、相手が聴き易い方法で差し出す能力を高めるにはどうすればいいですか？それは、人の間違いを「訂正」ということを含みます。
3. 批判を聞いたり敵意を感じたりすることなく、否定的なフィードバック(特に、自分自身や自分と同一視されている人に向けられたときに)をどのようにより受け取りやすくすることができますか？どのようにすれば、そのようなフィードバックから恩恵を受ける可能性をもっと受容できるようになるでしょうか。
4. 私がNVCのイベントを主催したり、教えたりするとき、他の人とのどのような交流が最も私をトリガーしそうですか？どのように対応したいですか？

#### v.グループスキル:どうすれば...

1. グループのコンテキストにおいて貢献する能力を拡張するでしょうか？
2. 一人ひとりの持っているパワーの感覚にもっと貢献できるでしょうか？
3. グループの目的意識やコミュニティ意識にもっと貢献できるでしょうか？
4. グループ内の深さや本物さ、正直さにもっと貢献できるでしょうか？
5. 調和、緊張と対立の解決、相互理解と結束力に貢献できるでしょうか？
6. グループ内のインスピレーションや喜びや軽やかさにもっと貢献できるでしょうか？
7. 集中力、効率性、秩序への貢献度を高めることができるでしょうか？
8. グループ内の他の人々の感情やニーズにより気づくことができるようになるでしょうか？
9. 自分のニーズとグループ内の他の人のニーズのバランスをより十分に取ることができるでしょうか？
10. グループの中でより無防備になれるでしょうか？

## D. 私がするかもしれないいくつかのこと

この段落の目的は、認定トレーナーになるための準備としていくつかの提案をすることです。すべての提案がすべての人にうまくいくわけではありません。これらは、学習プロセスをサポートす

るためのガイドとして、また、自分自身の進捗状況と準備状況を確認する手段として提供されます。

1. 私はNVCの実践のためにノートを一冊用意します。それは私の学習と洞察を記録し、振り返るために戻ってくる中心的な場所です。
2. 私は日常的にNVCを使って、人生の中の「行き詰まり」や葛藤の瞬間を記録し、それを文章で再現していました。例えば、他人との断絶を感じたときのやりとりを思い出して、そのやりとりのさまざまな場面で自分が観察したこと、感じたこと、必要としたことを記録していました。何を言えばよかったのか、違うことができたのか。その時私がそうすることを妨げたのは何か？相手は何を観察し、感じ、必要とし、要求していたのか、ということ。

今夜テレビのニュースで聞いたことにイライラしたとしよう。ジャーナルを使って、メディアのコメンテーターにキリンの手紙を書くかもしれません。もし誰かが私を褒めてくれて、私が不快に感じたら、私は彼らの言葉を私のジャーナルに書き、NVCに翻訳してみることができます。彼らのメッセージを別の方法で聞くことができるでしょうか？思ったようにNVCを使った瞬間を祝うかもしれません。また、怒りを感じた出来事についてジャーナルをつけることもできます。私は怒りに満ちた考えを走り書きすることで「ジャッカルショーを見て楽しむこと」をします。私が書いたことを再読するとき、「べき、ねばならない」という思いを探します。それらの"思い"の背後に隠されたニーズが聞こえるでしょうか。

私はよく「私はここで何を学んでいるのでしょうか？」と自問した時、IVの(B)の質問(p21)を使って、それにあてはまる自分のジャーナルに焦点を当て、見つめなおすこともできます。ジャッカルやキリンを通して想像上のシナリオやそれを展開する別の方法を作るかもしれません。自分の中の痛みの場所について日記をつけたり、自分のニーズに結び付けたり、ジャッカルの内面にある会話を翻訳したり、自分自身にできるかもしれないリクエストを探ったりしました。

3. 以下のようなジャーナルのアウトラインを使用することもできます。
  - a. 難しい会話や状況を説明してください。
  - b. その後、ジャッカル・ショーを表現する。自分をジャッジしていましたか？他の人をジャッジしていましたか？
  - c. それらのジャッジを言い換えて、それぞれのジャッジを感情、ニーズ、自己共感的ステートメントに紐づけすることができますか。
    - i. 感情 .....
    - ii. ニーズ .....
    - iii. 共感的ステートメント(全4ステップ)
  - d. (その時)相手に何と応答しましたか？
  - e. あなたは相手に共感を差し出すことができましたか？うまくいきましたか？共感することができなかつたら、何があなたを止めたのですか？
  - f. (ジャッジを共感的ステートメントに)置き換えることは、将来、違った方法で対応することを支えるでしょう。それについてどのようなことを学びましたか。スキルアップにつながる具体的なステップは何ですか？

(例:「彼に共感を与えられるように気を配る前に、私は自分に共感を与える必要があることを理解しています。これから2週間は、毎日5分間、自己共感の練習をしてスキルを深めていきます。」あるいは「私は今週、変容を感じるまで、(リフレクションまたはライティングで)自分の気持ちと深いニーズにとどまり、その後、この人とまた会話をしてみます。」)

では、3か月から6か月後にまた同じ人との交流について説明してみてもいいでしょうか。今回は何が違うのでしょうか？ つまり、現実の生活におけるあなたのNVCの進歩を示してください。[アセッサー・ノートC-III]

4. バディ、メンター、NVCの練習グループやチームを見つけます。実践やこのパケットの材料を活用するために、目標や(そのための)明確な構造を開発することを助け合います。目標に向かってしっかりとフォローし、NVCの実践を生活の中で優先させていくためにも、お互いにサポートしていきます。
5. [「認定準備ABC\(Certification Readiness ABC's\)」](#)を研究し、現在の強みと弱みを評価します。私なら、1つか2つの質問を受けて、決められた時間をかけて集中してから、別の質問を受けて作業をしましょう。(「作業」には、熟考、ジャーナルをつけること、フィードバックを求めること、特定の実践をすることなどが含まれます。)
6. 私は、口を開くとき、意図に自覚的であることを養います。  
特に腹が立ったときや、「とにかく言っしまえ！」という衝動に駆られたときには、です。(「とにかくそれを言う」や「とにかくそれを行う」は、つながりよりも疎外感を助長する可能性があると私は認識していますが)  
怒りや「言っしまえ」という衝動に駆られて行動したとき、自分を守ろうとする傾向を克服し、自分の限界を思いやりをもって認めようとするでしょう。私にとって重要なのは、話をし損ねたということではなく、それ(言っしまえ衝動)が起きたときにそれを認めることです。
7. 私は15秒で「NVCとは何ですか？」という質問に答える練習をしましょう。それから、1分、5分、15分に変更していきます。30分でNVCを紹介する模擬プレゼンテーションを披露します。
8. 私はプラクティスグループをリードして、NVCの紹介プレゼンテーションを少人数のグループに提供します。そこから、まずは非公式に、それからもっと正式に、もっと長期のトレーニング(ワークショップ)を企画します。私は自分のプレゼンをビデオに録画して、そのテープを研究するでしょう。私はこのイベントの全ての側面に対して他の人たちからのフィードバックをお願いするでしょう。(資料一式の参加者用フィードバックフォームを参照してください。)
9. 私は、特に反応を誘発するエネミーイメージ(敵のイメージ)がある場合には、自分の生活の中でNVCを使う実践をします。政治指導者、マスコミのコメンテーター、編集者への手紙(読者投稿)などが引き金になる可能性があります。私はこの反応を認め、自分に共感し、他人に共感を求めることで、自分を解放しようと努めます。
10. 私はNVCのトレーニングに参加することを優先したいと思っています。特に、様々なトレーナーによって、様々なスタイルや可能性に自分自身を触れさせるでしょう。

11. NVCのフレームワークや前提についての概念的な理解を深めるのに役立つお勧めの本を読みます。これらの概念が自分にどのように適用されるかを調べます(例えば、ある本によると、支配者システムは支配と服従の価値を教える。どのようにして私はそのような価値を内在化したのだろうか?)。
12. CNVCの資料(オーディオ、ビデオ、印刷物)、特にこの資料で推奨されているリソースを調べ、将来的にトレーナーになり得る自分のスキルをサポートします。
13. 毎日時間をかけて自分の人生の中で感謝していることに気づき、思いやりと自己認識を深めるという意識的な実践を、自分の中で奨励したいと思います。

## E. CNVC認定候補生に対する自己質問

このパラグラフの目的は、候補生とアセッサーの間で、自己認識、自己責任、コミュニティの価値の重要性、非暴力的コミュニケーションの中心である政治的・精神的哲学(NVC意識下に生きることで示される)についての相互探求を支援することです。「NVCを知る」、「NVCを教える」、「NVCを生きる」の三位一体で、以下の問いはNVC意識の中で生きることに焦点を当てていることに留意してください。アセッサーは「NVC意識を生きる」ことを実証するのは候補生にとって最も重要で、しばしば最も困難であると考えています。

1. 認定を受けるための準備には、どのくらいの時間とエネルギーが必要かを十分に認識していますか。また、自分の仕事と生活にどのように適合するかを理解していますか。
2. [認定されていない人としてNVCを教えるためのガイドライン](#)、認定準備パケットの詳細、最新のトレーナーの合意(付録2)、評価者との関係、自分の進歩をどう評価するか、NVC意識の中で生きることの重要性など、認定に至るまでのすべての方針と手順を熟知して違和感がないですか。どのような手続きにも抵抗がある場合は、プレアセスメントまで待たずにアセッサーと相談してください。
3. 支配パラダイムからの反応に捕われたときに気づき、意識を変えるスキルを身につけているのだろうか?
4. 自分のアセッサーや人生の中で出会う他者との交流のための「神聖な空間」(ロバート・ゴンザレスの言葉)をつくるのに必要な共感のリソースはありますか?
5. 認定を受けた後、私は[CNVCのミッション](#)を支援するためにCNVCに参加し、NVCコミュニティの積極的なメンバーとして活動し、NVC意識の中で生活し続けることができると理解していますか?
6. このアンケートに答えることで、どのような学習のエッジが浮かび上がってきましたか? CNVC認定トレーナーになる旅路のどこにいますか? どのようなサポートを誰に依頼しますか。
7. 「それぞれのNVCの鍵となる区別(KD)が、支配パラダイムとNVCが世界に提供するパートナーシップ・パラダイムとの違いを反映している」という概念を探求したいと思っていますか。
8. 私は、ニーズが満たされているか満たされていないかに焦点を当てるのではなく、どのような価値が(言行一致で)生きていく上で重要なのかという点で、ニーズ/価値観の概念を探っていきたいと思っていますか。



# 付録 1 - CNVC 認定プロセスの概要

## 1. 事前登録

潜在的な候補生(候補生候補)

- CNVC Certification Preparation Packet (CPP)を読む
- アセッサーと連絡を取る [アセッサーの実際のリストへ[リンク](#)]

潜在的な候補生とアセッサー

- 登録に必要な作業について話し合う
- CPPを徹底的に議論する
- 相互に協力して登録申請することを決定する
- 相互に協力することを決めなかった場合
  - 候補生が他のアセッサーと連絡を取る場合、両方のアセッサーにこのステップを知らせる
  - 候補生はCCC(Certification Coordinator Council: 認定コーディネーター協議会)に連絡して更なる支援を受けることができる

## 2. 登録

潜在的な候補生

- アセッサーに以下のことを含んだ申請書を送る。
  1. 連絡先情報
  2. トレーニングログ(CNVC認定トレーナーとのトレーニングを最低 10 日間)
  3. 目的の声明
  4. 少なくとも1名のCNVC認定トレーナーからの推薦
  5. CPP ガイドラインと現行の CNVC トレーナー同意書を読む。非認定トレーナーガイドラインを読み、同意し、署名する。
  6. 登録料

潜在的な候補生とアセッサー

- 相互に登録を完了することを決定する
- 相互に決定しなかった場合 — 候補生はCCCに連絡して更なる支援を求めることができる。

アセッサーとCNVC事務局

- アセッサーは [certification@cnvc.org](mailto:certification@cnvc.org) に通知する。
- CNVC事務局から候補生にオンライン登録フォームの記入方法の指示が届く
- CNVC事務局から候補生にオリエンテーションのウェルカムパケットが届く

### 3. アセスメントのための準備 - 3-5年

#### 候補生

- CNVC認定準備資料(CPP)の教材に取り組む
- 最低40日間のNVCトレーニングに参加する。これにはCNVC国際集中トレーニング(IIT)を含むこと(強く推奨する)または、それと同等のものを含む(合計で最低50日)
- NVCを2年以上教えている。
- 参加者や他のCNVC認定トレーナーからのフィードバックを求める
- ジャーナルを書くことによる成長と学習をふりかえっている
- CNVC認定トレーナー合意書の各部分についてアセッサーと話し合う
- 相互に合意があれば、他のアセッサーの候補生に変わることができる

### 4. プリアセスメント

#### 候補生

- プリアセスメントの日程を決めるために連絡を取る
- 現在のCNVC認定トレーナー合意書に同意します。
- 評価者にプレアセスメントのポートフォリオを送る
  1. CNVC認定トレーナーになる目的の表明
  2. 個人的なジャーナルのエントリ
  3. フィードバックフォーム
  4. 全トレーニングの一覧表
  5. トレーニングログ
  6. NVCの概念と主要な区別(KD)の説明
  7. プリアセスメント料

#### アセッサー

- 候補者に、CNVCやNVCコミュニティとの「やり残したこと」があるかどうかを尋ねる。
- ポートフォリオのレビュー
- CNVC教育サービスチームとCNVC認定トレーナーのコミュニティからのフィードバックを募る

#### 候補生とアセッサー

- 候補生のプレアセスメントの準備ができているかどうかを相互に確認する
- お互いに準備ができていると確認できなかった場合
  - アセッサーはプレアセスメントの前にさらなる情報を求めることができる。
  - 候補生はCCCに連絡して不服申し立てを行うことができる。
- プリアセスメントのセッションを共創して行う
- プリアセスメントの終了時に相互に同意する
  - 候補生は最終アセスメントに進む
  - 候補生は提案された特定の領域の作業に取り組み、最低6ヶ月後に再申請することができる。
- プリアセスメントの終了時に合意に至らない場合、候補生はCCCに連絡してサポートを受けることができる。

## 5. アセスメント

### 候補生

- アセスメントを受けるために連絡を取る
- アセッサーにアセスメント料を支払う

### 候補生とアセッサー

- アセスメントセッションを共創して行う
- アセスメント終了時に相互に同意する
  - アセスメントがうまくいった場合:アセッサーと候補生が将来の成長のための学習エッジを探求しており、認定のための最終ステップに向けた復習(おさらい)をしている
  - 認定の延期の決定をする場合:アセッサーと候補生がさらなる準備のための戦略を協議する。候補生は提案された特定の領域の作業に取り組み、最低6ヶ月後に再申請することができる。
- アセスメントの終了時にお互いの合意が得られない場合、候補生はCCCに連絡してサポートを受けることができる。

### アセッサー

- アセスメントの成功をCNVC事務局に伝え、トレーナーコミュニティに推薦状を書く。

## 6. 認定

### CNVC事務局

- 候補生に「認定のための最終ステップ」の手紙を送る

### 候補生

- ”新規認定トレーナー”の事務登録を完了する。
  1. 候補生はオンラインデータベースに個人情報/連絡先情報を記入するか、またはハードコピーの郵送で提出する
  2. 候補生は、認定に含まれる短い告知用の経歴を送信する
  3. 候補生は、認定プロセスの期間中に受けたNVC研修のリストを送付する
  4. 候補生は、署名したトレーナー合意書と認定料を CNVC事務局に送付します。

### CNVC事務局

- 記録の更新、ホームページへの追加、トレーナー用ヤフーグループへの追加
- トレーナーのヤフーグループと、候補生のヤフーグループに候補生の経歴と認定を发表。
- 新しいCNVC認定トレーナーとCNVCオフィス、教育サービスチーム、CNVC認定トレーナーコミュニティとともに、お祝い！！！！する

## 付録 2 - 2016 CNVC 認定トレーナー合意書

### 前文

本合意は、非暴力コミュニケーションセンター(CNVC)とCNVC認定トレーナーが、互いにどのように関わるかについての共通理解をサポートすることを目的としています。

CNVC は、世界の大部分の人々(クリティカル・マス)が非暴力コミュニケーション(NVC)を利用して平和的に違いを解決するというビジョンにコミットしています。この目標を実現するためには、資格を持ったトレーナーの強力なコミュニティが重要な役割を果たしています。CNVCは認定プロセスに2つの長期的な目標を掲げています。

- CNVC のビジョンを実現するために CNVC と一緒に仕事をしたいと考えるトレーナーのコミュニティを作る。
- NVC プロセスの完全性を保持し守る方法で、次の世代と後続の世代に NVC を教えられるようにする。

NVC をシェアする人々を奨励するのであれば、なぜ CNVC 認定トレーナーという制度があるのでしょうか？

私たちの意図するところは、自分で学び取った価値あることを自分にとって意味があるやり方で伝えていく人々を奨励することです。

一方で、私たちが NVC を教えることをトレーナー認定プログラムを通じて広めようとする理由は、体系化された知識としての NVC の一貫性を守っていくことに価値を置いているからです。そのために、CNVC 認定プロセスでの経験を共有した CNVC 認定トレーナーのコミュニティを育てています。認定プロセスを通じて、私たちは、CNVC 認定トレーナーたちとの関係を築き、非暴力コミュニケーションの目的と意図を、正確、完全、かつ首尾一貫した信頼のおける方法で伝えるための信頼を創り発展させていきます。

CNVC 認定トレーナーは、CNVC とその他の CNVC 認定トレーナーのコミュニティに属するように求められ、CNVC のミッションと働きをサポートするとともに、CNVC トレーナー同意書に記載のその他の事項に沿って行動するよう毎年のコミットメントを求められます。

(編集注: なお、最新の CNVC トレーナー同意書は現在見直し作業中です。CNVC のサイトに原文が掲載されましたら、こちらにリンクを貼ります。)

### B. CNVC が認定トレーナーに提供するもの

1. CNVC スタッフは以下をサポートします。

- cnvc.org ウェブサイトの維持

- 一般市民や CNVCトレーナーコミュニティのメールや電話への対応
- NVC 教材の販売
- IIT を作るまたはサポートすること
- 一般市民との連携の支援

CNVC認定トレーナーは、候補生やアセッサーのサポートを含む認定プログラムの管理サポートを提供し、トレーナーに関わる紛争の解決を支援します。

2. 「CNVC認定トレーナー」としての指定、「CNVC」と「Center for Nonviolent Communication」の名称、および CNVCのロゴ (cnvc.org/logos-go でダウンロード可能)の使用。
3. CNVCが主催するトレーニング(IITs)に無料で、または CNVC のリソースに応じて有償で出席すること。(CNVC認定トレーナーは、旅費、宿泊費、その他の費用を負担します)。
4. cnvc.org と CNVC認定トレーナー支援専用の機能を利用する。
  - 検索可能なトレーナーのデータベースにプロフィール情報を掲載し、宣伝する
  - オンライントレーニングスケジュールに今後のトレーニングを掲載し、宣伝する
  - 参加者リストの管理、連絡、登録料の管理
5. CNVCサポーターのメーリングリストにアクセスし、関連する利用ガイドラインに従う。
6. CNVC Certified Trainers Yahoo!グループに参加し、教材やカリキュラムを共有し、トレーニングのアドバイスを提供したり受け取ったりし、失望を嘆き、成功を祝う。
7. CNVCブックストアで販売されている NVC教育教材の割引を受けることができます。CNVC認定トレーナーは、参照、記録保存、リポジトリ(グーグルドライブ)の開発のために、出版された NVC 教材のうち少なくとも 1 部を CNVC に提供することが奨励されている。

## C. CNVC 認定トレーナーが CNVC に提供することを求められているもの

1. NVC のプロセスの核となる価値観(core value)を維持する。たとえ NVC と矛盾がないものであっても、他の教え、概念、スキル、方法、哲学と明確に区別する。
2. 国際的なコミュニティにおいて、一貫し明確なCNVCの存在とのつながりと認知をサポートする。名刺やサインやリーフレットやウェブサイトのようなNVCのどんなメディアや素材にも、これらを書き入れてください。
  - CNVCのロゴ
  - CNVCウェブサイト(www.cnvc.org)
  - CNVC Certified Trainer "の肩書き(名刺等)または同等の翻訳
3. 以下のことによって、CNVC 認定トレーナーのコミュニティを相互にサポートする。
  - 配布資料やその他のトレーニング支援資料を、作成者のクレジットをつけて他のトレーナーや CNVC と共有する。

- ある地域で NVC の活動を始める前には、その地域の CNVC 認定トレーナーと NVC コミュニティ(CNVC ウェブサイトに掲載されている)に支援、つながり、フォローアップのために連絡を取ってください。
- あなたの地域(region)の他のCNVC認定トレーナーと協力し、新しい地区(area)での研修を調整することを検討してください。

#### 4. 継続的な学習へのサポート

- 研修参加者から何らかの方法でフィードバックを得る(評価書や口頭でのフィードバック)
- 他のCNVC認定トレーナー、CNVCスタッフ、代表者にフィードバックをすること。  
それによって私たち全員がNVC意識の理解を深め、世界に向けてNVCの認知度を高めるためのスキルを身につけることができる。
- 他のCNVC認定トレーナーのワークショップに参加したり、他のCNVC認定トレーナーやCNVCのスタッフや代表者に無料で参加してもらうことを考える。
- 以下の質問に対するあなたの個人的な回答を振り返り、共有し、CNVC認定トレーナー年間報告書に記載する。
  - 世界に見たい社会変革を起こすために、私はどのようにNVCを使っているだろうか？
  - 私はどのようにしてNVCの精神性(またはNVC意識)の見方を教えているだろうか？
  - お金の交換との関係も含め、私は、思いやりをもって与え、受け取るという概念を生きているか？

#### 5. NVCコミュニティへの参加

- 地域や他のNVCコミュニティに参加している。
- 対立が生じる可能性があることを受け入れ、対立を解決するために努力する。つまり必要に応じて対話のためのリソース(他のCNVCトレーナー、調停など)を見つけることや、「プロセスを生きる」ことを示すことができるようにする。また、つながりを探す意志を示し、対立を解決するための明確な意図を示すことです。

#### 6. あなたのCNVC認定資格を明確にする。

- CNVC認定トレーナーのために、CNVCのウェブサイトの維持、記録の保存、紹介、アクセスの支援、コミュニティとのつながりの支援、CNVC認定トレーナーのために、CNVC認定プログラムと関連活動の費用を支援するために、トレーナーの手数料の少なくとも一部をCNVCに提供することを検討してください。
- 発展途上国でのNVC活動やその他の現物支援でNVCの収入が制限されている場合は、相互のお祝いのためにCNVCトレーナー報告書にそのような貢献を記載してください。
- もしあなたがCNVCに寄付しないことを選択した場合は、あなたが意識的に(寄付金ゼロを指定することによって)これを選択したことを知らせていただくとありがたいです。それによってまだ寄付していないことをお知らせしなくてよくなります。
- CNVC認定トレーナーは、CNVCに書面で通知することで、いつでも認定資格を放棄することができます。一定期間資格を取りやめたトレーナーが資格を復帰させたい場合は、CNVC認定トレーナー同意書を確認してください。
- 年に一度のCNVC認定トレーナー報告書の完成を検討してみてください。  
(<http://www.cnvc.org/node/add/annual-trainer-report-expanded>)

- 年間のNVC純収入の10%のトレーナーコミッションをCNVCや地域のNVC組織に提供するか、またはあなたが本当に貢献したいと思う金額を選択することで、CNVCや地域のNVC組織を財政的に支援することを考えてみてください。

## 付録3 - フォーム

### A. トレーニングログ

トレーニングを提供していたNVCの出来事を記録します。

トレーニングの記録

候補者名 \_\_\_\_\_

研修のタイトル \_\_\_\_\_

日付 \_\_\_\_\_

場所 \_\_\_\_\_

総時間数 \_\_\_\_\_

参加者数の合計 \_\_\_\_\_

あなたがこの研修を主導したか、共同で指導したか、手伝ったかを○で囲んでください。

Other leaders/trainers \_\_\_\_\_

- ・このイベント(クラス)でのあなたのリーダーシップについて、どのような点で満足しましたか、不満がありましたか？
- ・このイベントやあなたのリーダーシップについて、特に評価したことは何ですか？
- ・あなたにとって簡単だったこと、難しかったことは何ですか？
- ・他の方法でやってみたかったことは何ですか？
- ・次は違うことができるようになるためには何が必要ですか？
- ・この研修を指導して何を学びましたか？

## B. CNVC トレーナーおよびその他の NVC コミュニティメンバーからのフィードバックフォーム

For (候補者名) \_\_\_\_\_

Feedback from (name) \_\_\_\_\_

Email/Phone \_\_\_\_\_

候補者との関係 \_\_\_\_\_

Date \_\_\_\_\_

CNVC 認定トレーナーになるための準備プロセスの一環として、候補者はトレーナー、NVC グループの共同メンバー、チームメイト、メンター、同僚からのフィードバックを募り、候補者の自己認識の向上をサポートすることをお勧めします。

具体的な観察結果(候補者が何をしたか、何を言ったか)と、あなたのどのニーズが満たされたか、または満たされなかったかを、以下の分野のいずれかに当てはまるように簡潔に記述してください(必ずしもすべてではありません)。

- 新しいアイデアや概念を探求することに積極的であること
- 議論や演習に参加し、積極的に行動する
- 共感を得る能力を発揮する
- 共感を提供する能力を発揮する
- 現在の瞬間に留まることができるようになる
- 新しい気づきと新しいスキルの習得を祝う

## C. 参加者によるフィードバックフォーム

CNVC 認定候補生の名前

\_\_\_\_\_

フィードバックを書いた人のお名前 \_\_\_\_\_

Email/Phone \_\_\_\_\_

CNVC 認定トレーナーになるための準備プロセスの一環として、候補生は、候補生が指導したり支援したりしている実践グループやトレーニングの参加者からフィードバックを求めることが奨励されています。

イベントのタイトル \_\_\_\_\_

日付 \_\_\_\_\_

場所 \_\_\_\_\_

候補生は、どのようにトレーニングしましたか？(○をつけてください)

(a) 単独によるトレーナー (b) 共同トレーナー (c) アシスタントトレーナー

1. このトレーニング(またはこの候補生のトレーニングへの貢献)は役に立ちましたか？  
どのような点で役に立ちましたか？どのような点が改善できるかとも思いますか？
2. 候補生が資料を提示したり、あなたの質問や気がかりに対応したりしたことについて、どのような点で満足しましたか。また満足しませんでしたか。特に、候補生のどのような言動が満足や不満足につながりましたか？
3. このトレーニングで、あなたはどのくらい心地よく感じ、つながった気持ちがありましたか。もしあれば、どのような候補生の言動がその経験に貢献しましたか？

## 付録4 - CNVC認定トレーナーではない方のために。 NVCを共有するためのガイドライン

非暴力コミュニケーション(NVC:ノンバイオレント・コミュニケーション)が自分の人生にもたらしてくれた貢献の数々を体験すると、次のステップとして自分が学んだことを他の人たちにシェアしたいと思うことがよくあります。実際、みなさんと一緒に協力して、すべての人々、すべての組織的な構造が、平和的に関係を築き、人生に貢献できる可能性を深めていくということが、私たちCNVC(センター・フォー・ノンバイオレントコミュニケーション)の夢なのです。ぜひともNVCのビジョンを広める夢にみなさんにも参加してほしいと思います。そして、誠実にそして創造的に、みなさんがここからシェアすることを鼓舞したいと思っています。

以下に、NVCの理解を個人・団体・組織とシェアしたいと思っている人たちから(CNVCに)よく質問されることをまとめました。

**Q: 誰にでもNVCを共有することを奨励したいのであれば、なぜCNVC認定トレーナーを作るのですか？**

私たちの意図は、人々が貴重な学びを自分にとって意味のある方法で伝えていくことを奨励することです。私たちがトレーナー認定プログラムを通じてNVCの教育を推進しているのは、一連の教えとしてのNVCの整合性を守ることを大切にしているからです。私たちは、CNVC認証プロセスの経験を共有するCNVC認証トレーナーのコミュニティを育成することで、これを実現することを目指しています。認定プロセスを通じて、私たちはCNVC認定トレーナーとの関係を築き、彼らが非暴力コミュニケーションの目的と意図を正確で、徹底した、一貫性のある、信頼できる方法で伝えることを信頼しています。CNVC認定トレーナーは、CNVCおよび他のCNVC認定トレーナーとのコミュニティにとどまり、CNVCの活動と使命をサポートするために、CNVCトレーナー同意書に記載されている他の同意事項と合わせて、年間のコミットメントを行うことを求められています。

**Q: ということは、誰でもNVCに関する自分の体験をシェアしてもいいのでしょうか？**

はい！ あなた自身の体験に基づいてシェアをして、その経験はNVCについてのあなた自身の理解であるという事を明確にしてくださいを歓迎します。

以下の一覧にある登録商標のいずれかを使って、あなた自身の体験をシェアしていただく場合、地元もしくは地域にあるNVCの団体とCNVC認定トレーナーについて言及すること、そして、CNVCの連絡先やウェブサイト(<http://www.cnvc.org>)についての情報を提供することをお願いいたします。

**Q: なぜNVCやCNVCなどの名称がイタリック体で使われ始めているのでしょうか？**

最新のCNVCトレーナー同意書の改訂、および、私たちの商標合意の明確化に伴い、識別同定されること、明確化、ブランディングといった目的のために、商標登録されている用語を周囲の文字から差別化したいと考えました。そのための簡単で効果的な方法のひとつがイタリック体を使うということでした。

みなさんの広告資料、ウェブサイト等で、以下に列挙する商標登録済みの用語を使う場合には、この手段を採用するよう考慮してほしいと思っています。登録商標を際立たせる、他の方法としては、太字を使う、大文字を使う、下線を引く、括弧で囲む、などの方法があります。

**Q: 非暴力コミュニケーションに関する正式なミーティングを宣伝したり、設定したりすることはできますか？**

ワークショップやプラクティスグループ(練習グループ)の形で、あなたの NVC の体験をシェアする際には、ワークショップの大見出しや表題や副題として、以下の用語の使用を差し控えるようお願いいたします。また、あなたのワークを宣伝する資料や媒体(名刺、パンフレット、E メールアドレス、インターネットドメイン名(ウェブサイトアドレス)など)においても同様に、以下の用語の使用を控えてくださいますようお願いいたします。

しかし、NVC をシェアするなかでの説明や、あなたのワークを宣伝する資料や媒体の本文中では、これらの用語をご自由に使用して下さって結構です。

CNVC 認定トレーナーでない人々が使えるような代替の名称や見出しのリストを作ってほしいというリクエストを今までに受けていますが、みなさん自身の意図することや個人的に焦点を当てたいことを言い表すタイトルを見つけるあなたの創造性、選択、そして自由をぜひともサポートしたいと思っています。具体的な代替案のリストを作ってしまうと、サポートにならないばかりか制限してしまうことになるだろうと思っています。その代わりに、みなさんの創造性を思う存分に発揮することをお勧めします。それによって、私たちの人生に NVC がもたらす美しさを表現する他の方法がこんなにも豊かにあるのだということを思い出させてもらえるでしょう。

商標登録されている用語には、以下のような用語があります。

- THE CENTER FOR NONVIOLENT COMMUNICATION(非暴力コミュニケーションセンター)
- CNVC
- USPTO(登録番号 2460893)に登録されている様式化されたマーク(ロゴ)です。



**Q: 「NVC のトレーナー」と名乗ってもいいでしょうか？**

CNVC 認定トレーナーは、「CNVC 認定トレーナー」ということばを使うことで、CNVC とのつながりを持ち、CNVC から後援されていることが分かるようにしています。誰が後援を受けているかについてのあらゆる混乱を避けるために、CNVC によって認定を受けているもしくは後援を受けているということを暗にほのめかすようなことば、または上の一覧に表示している用語のいずれかを、名刺、パンフレット、メールアドレス、ウェブサイト名などを含むいかなる媒体や資料でも使わないようお願いいたします。

また、あなたの NVC の経験のシェアを受け取る方々に対して、自分が CNVC によってトレーナーとして認定されていないことを告げてくださるようお願いいたします。それ以外に関しては、みなさんご自身のワークについての情報、今までの NVC のトレーニングや人生の経験について、どうぞ遠慮なくお話しください。

**Q:** それで全部ですか？私のワークショップからCNVCへの何らかの金銭的な見返りを期待していますか？

あなたの NVC の体験をシェアしている時に、私たちがみなさんに持ってい欲しいと願っている『与えて受け取るという精神』の現れとしての寄付でしたら喜んで受け取ります。これらの資金は世界中に NVC を提供するという CNVC のミッションを支えるために使われます。

**Q:** プレゼンテーションを行う時に CNVC や CNVC のトレーナーによって作られた資料を配ってもいいですか？

これらの資料を使う前に、CNVC と話し合いの場を持ってください。ほとんどの資料は特定の種類のトレーニングに合わせて作られています。そして、これらの資料の明確さや正確さは、それらが作られた本来のコンテキストの中で提供された時に最大限に伝わると信じています。

個人によって作られた資料を使う場合は、まずその人に直接確認してください。自分で資料を作ったりそれを使って自分の体験をシェアする時には、「非暴力コミュニケーション」について言及してください。その際、資料や内容が「マーシャル・B・ローゼンバーグとセンター・フォー・ノンバイオレントコミュニケーション(www.cnvc.org)の功績に基づいています。」ということをごどこかに明記してください。

もし上記以外に質問がありましたら、最善を尽くしてお答えしたいと思います。これらのガイドラインに同意することで満たされないニーズがある場合、あなたやあなたの団体がこれらのガイドラインの外で活動をする前に、さらなる対話をするため CNVC の事務所までご連絡下さい。より平和的な世界を作り上げる旅路でみなさんとともにお仕事をする日を楽しみにしています。

終わり

