

# 平成27年度ピアカウンセラー養成講座

## 受講生募集要項

～ 仲間や周りの人と気持ちをわかちあうためのコミュニケーション・スキルを学ぶ ～

自分自身が悩んでいるとき・・・

自分の友人が悩んでいるとき・・・大切なのは「**仲間：ピア**」というキーワード。

- ◆ピア(仲間)カウンセラー(相談員)；寄り添ってくれる仲間のこと
- ◆ピア(仲間)カウンセリング(相談活動)；仲間と心を開いて不安や悩みを共感し合い、  
どうしたらいいか一緒に考えていく活動

講座には、次の3つの目標があります。

- ① 自分や仲間を大切にすることや、自分のことを自分で決めるという自己決定能力をみがく。
- ② ピアカウンセリングの理論・スキルを学ぶ。
- ③ 学んだことを活かして学校などでボランティア活動を行う。

### 1 期 日

基本編：前期講座 -ベーシックコース- (30時間2単位)

平成27年9月12日(土)、13日(日)、21日(月)、22日(火)の4日間

継続編：後期講座 -フォローアップコース- (15時間1単位)

平成28年3月頃の2日間(予定)

### 2 場 所

仙台市内 受講生には、後程お知らせします。

### 3 受講条件

申込み時点で20歳までの人(高校生、専門学校生、短大生、大学生等)で**以下の条件を全て満たせる人**

- 1) 心身ともに健康で、ピアカウンセラーになりたいと意欲のある人
- 2) セクシュアリティ及びピアカウンセリングの理論・スキルを正しく学びたい人
- 3) 養成講座の前期・後期の両講座とも受講でき、及び両講座で課される課題に取り組める人
- 4) 受講後、中学校・高等学校に出向いて健康教育などのボランティア活動が**必ず**できる人

### 4 定 員 約20名

### 5 募集期間

平成27年7月6日(月)から7月31日(金)まで

### 6 申込み方法

「申込書」に必要事項、**特にピアカウンセラーになりたい動機を具体的に記入**して、メールまたは郵送で申し込みください。

### 7 審査の通知方法

受講決定者には、受講決定通知または受講不可通知をします。

### 8 費 用

- 1) 受講料 無料(テキスト代・配布資料代等3000円；受講初日に受付でお支払いください)
- 2) 交通費 会場までの交通費、昼食代は自己負担となります。

### 9 申し込み先

E-メールまたは、郵送で申し込みください。

- ・E-メールの場合：アドレス [k-toda@tfu-mail.tfu.ac.jp](mailto:k-toda@tfu-mail.tfu.ac.jp) 「ピアカウンセラー養成講座」係  
申込用紙ファイルを送ります。

- ・郵送の場合：〒981-8522 仙台市青葉区国見1丁目8-1

東北福祉大学健康科学部保健看護学科 戸田恭子

平成 27 年度宮城ピアカウンセラー養成基本編：前期講座（ベーシックコース）

予定プログラム

	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目
	9月12日(土)	9月13日(日)	9月21日(月) 敬老の日	9月22日(火) 国民の祝日
	8: 45 受付	8: 45 受付	8: 45 受付	8: 45 受付
9: 00	9: 00 開校式 ・挨拶 ・オリエンテーション	9: 00 エクササイズ	9: 00 エクササイズ	9: 00 各グループ 発表準備
10: 00	9: 30 オープニングエクササイズ ・自己紹介	9: 30 コ・カウンセリング 実習 (相互カウンセリング) & 振り返り	9: 30 セクシュアリティ各論 I ・妊娠・出産	
	10: 00 ピアとは ピアカウンセリングとは ピアカウンセリングの基本 概念			10: 45 小集団を中心と したピアカウンセリング
11: 00	11: 00 8つの誓約 効果的なピアカウンセラー になるには	11: 30 昼食	11: 30 昼食	
12: 00		12: 15 自己決定能力を 高めるエクササイズ ・価値討論	12: 15 セクシュアリティ各論 III ・性感染症 (子宮頸がんも含む)	12: 00 昼食
13: 00	12: 30 昼食		13: 15 ピアカウンセリング 実践 展開に向けて ・実践企画の説明	12: 45 実演発表 1グループ 20分
14: 00	13: 15 アクティブリスニング ・基本的な向き合 い方 ・オープンクエスチョン ・パラフレーズ	13: 30 セクシュアリティ総論 I ・人間にとって 性とは ・共に生きること とは ・ライフライン		
	15: 00	14: 45 セクシュアリティ総論 II ・思春期の性		
16: 00	15: 15 感情と向き合う ・感情の言葉探し ・感情と向き合う 4つのステップ  要約・統合スキル	16: 00 コミュニケーション能力を 高めるエクササイズ ・ネット		14: 00 実演講評・ まとめ
	17: 00	17: 00 終了	17: 00 終了	15: 30 閉校式 ・修了証書授与  16: 00 終了

# ピアカウンセラー養成講座受講生募集

～仲間や周りの人と気持ちをわかちあうための  
コミュニケーション・スキルを学ぶ～



募集期間

平成27年7月6日（月）から7月31日（金）まで

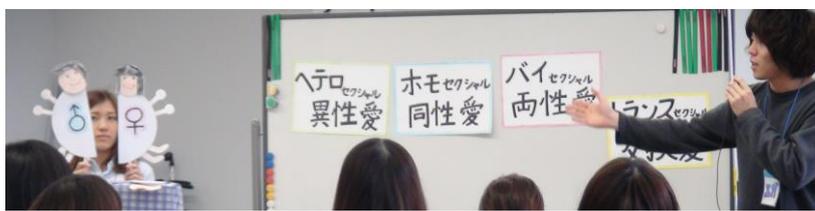
主催：宮城 PEER 事務局

★ピアカウンセラーは全国各地で養成され、毎年 400 名近く誕生し、活躍しています。★

### 養成講座の参加者の感想

- \*はじめは、どんなことをするのか不安だったが、終わってみると、あっという間の4日間だった。
- \*他の高校や大学の人と真剣にいろんな意見を交換しあえる良い機会になった。
- \*自分の気持ちを言葉にして伝えるのが苦手だったが、受講後は気持ちを言葉で伝えることがすごく大切なことだと気づき、少し自分の気持ちを言うことができるようになったかなと思う。
- \*人の気持ちをしっかり受けとめる大切さを知った。
- \*心や性のことを身近な出来事からいろいろ考えて、知る、気づく、そしてもっと興味をもつ、疑問をぶつけられる、そして何よりも心許せる仲間がたくさんできてうれしい。
- \*この講座を受けて、将来何をやりたいのか、大学で何を学びたいのかが見えてきたように思う。

### 宮城ピアカウンセラー養成講座の様子



### 宮城 PEER 定例サークル活動の様子



### 出前講座による健康教育の様子

