



福祉活動講座 第2回「傾聴ボランティアとは」あしあと

と き 11月13日(金) 午前9時30分～11時30分
と ころ 生涯学習センター402号室
講 師 佐藤美香さん 新井満里子さん
(異世代交流記憶のリレー)
参 加 者 12名



“傾聴ボランティア”って、どんなこと？

『傾聴ボランティア』とは、悩みや寂しさを抱える人の話を真摯に聴くことで相手の心のケアをする活動です。相手の心を自分の心で聴くこと、聴いてもらっていることで安心できる聴き方などみなさん熱心に学びました。

3人一組になり“ふれあいワーク”を体験しました。子どもころを思い出し、絵をかいて、みんなで共有し、わかちあい、自分を見つめなおすきっかけとなりました。まず自分を知り、自分を大切に好きになることで人に対して優しくなれます。

地域・世代が違って『傾聴』によって、自分も相手も元気になることがわかりました。



《アンケートより》

♪とてもわかりやすく楽しい講座でした。小さい頃をふり返る作業もなつかしく楽しかったですし、他の方のお話を聞くのも思いがけない意外性があったて驚きました。すべての経験がその人の「糧」になっているのだと思いました。

♪自分をほめる、YES と言ってあげる事でだれでもできるということを学び、私にもできるかもと思いました。

♪講師の先生のお話も良かったし、久しぶりに絵を描くのも楽しかったし、子どもころの話をするのも何十年ぶりかよかった。

♪ふれあいワークでは昔の自分を思い出し、知らない人に話し、過去が今の自分につながっていると感じた。新鮮な話が聞けて、楽しかった。

♪自身のボランティア活動にいかせたらと思いました。

今後、講座が続きます。(いずれも 9:30～11:30)

第3回 12月11日(金) アートセラピーを体験する

第4回 1月15日(金) 優しい介護術とは

第5回 2月12日(金) ボランティアのこころ



1、2回目は終了しましたが、3回目以降の講座に興味関心があり、受講を希望される方は、お気軽にみののかもサポートセンターまでご連絡ください。(TEL:0574-28-1979)