

# 耳をかたむけて寄り添う「傾聴講座」

人と人の繋がりが希薄になっている現代、情報に溢れていても孤独や孤立を感じ、つらい思いをされている方がおります。「傾聴」には、“相手の気持ちに寄り添って、相手の心を聴く”という基本姿勢があります。ボランティア活動において重要なスキルである「傾聴」を学んで、周りの方とのコミュニケーションや対人支援に役立ててみませんか。

『聴く』ためにはある程度の研修が必要です。この講座は『傾聴』の理論とともに体験学習を重視していますので、実践的能力が身につく、コミュニケーション能力のアップにつながります。

※この講座は全ての回にご参加いただくことを前提に、受講生同士で体験学習を行いながら順序立てて理解を進めていきます。

※本講座は中央区民カレッジ講座です。区民カレッジ生は単位認定が可能です。



## ◆プログラム

回数	日程	講義内容	講師名
第1回	9/17(火)	傾聴を知る、傾聴を体験する	NPO 法人 P.L.A 専任講師
第2回	9/24(火)	受容的、肯定的に聴く	
第3回	10/1(火)	共感的に聴く	
第4回	10/8(火)	講座のまとめ	

【時間】13:00～16:00

【会場】中央区社会福祉協議会3階会議室(中央区八丁堀4-1-5)

【定員】10名 **※応募者多数の場合、抽選**

【受講料】1,200円

【対象】本講座に興味がある区内在住・在勤・在学者

## 【会場案内】



傾聴って何？

「聞く」と「聴く」は  
どう違うの？

相手の気持ちに  
寄り添う方法と



FAX 申込み 03-3206-0601

( 中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター宛 )

※申込締切:令和 6 年 8 月 30 日(金)17 時

※申込み多数の場合には抽選となります。

お申込みは【メール、FAX、Google フォーム】にて受け付けます(連絡先は下記参照)

中央区在住の場合は住所、中央区在勤の場合は勤務先、中央区在学の場合は学校名を記入してください

氏名	ふりがな	年齢	
		性別	女・男
中央区	在住 ・ 在勤 ・ 在学		
住所	〒 -		
勤務先			
学校名			
連絡先	【TEL】		【FAX】
	【メール】		
【受講動機をご記入ください】			

## NPO 法人パートナーシップ アンド リスニング アソシエーション(P.L.A)とは

### ◆講師紹介

「“聴くこと”のできる人を育てる」ため、2005 年 11 月に発足。年間 200 回以上の講座を開催し、傾聴ボランティア活動の普及に大きく貢献している。高齢者のための傾聴ボランティア養成を柱とし、コミュニケーション向上のための傾聴、ボランティアのための傾聴、施設職員のための傾聴、被災者支援のための傾聴など現代社会で必要とされる「傾聴」をより受講生の立場に沿った理論と実技とを取り入れた内容でどなたにも理解できるようにプログラムされている。

### 【申込み・問合せ】

社会福祉法人中央区社会福祉協議会 ボランティア・区民活動センター

TEL:03-3206-0560 FAX:03-3206-0601

メール: vc@shakyo-chuo-city.jp