

今こそ  
心理学の基礎を学び  
相手も自分も大切に

# ピア・カウンセラー 研修講座2024

「どんなときにも、人生には意味がある」  
ヴィクトール・E・フランクル

対人支援のスキルを高めたい  
人間関係のストレスを減らしたい  
自分をもっと成長させたい  
そんなあなた贈る講座です

## ピア・カウンセラー研修講座 募集要項

会場 栃木県青年会館(コンセーレ)  
(宇都宮市駒生町1丁目1-6)

日程 毎年4月～翌年3月の土曜日(全12回)

受講料 半期 ¥35,000(6ヵ月・6回)  
全期 ¥60,000(1年間・12回)

受講生特典 修了証授与

申込方法 ●申込書にご記入の上、事務局へ郵送  
FAX・E-mailでの申し込みOKです。  
●受講料のお振込みを確認次第、  
受講票をお送りいたします。

ゆうちょ銀行	記号	10740	番号	31391311
	口座名	フクシ マユミ		
他金融機関からの お振込みの場合	店番	ゼロナナハチ (078貯蓄)	口座番号	3139131
	口座名	福士真由美(フクシマユミ)		

Q プログラムを選択して受講できますか？  
A 半年または1年単位での受講にて受け付けています。  
但し、OB受講生は選択して格安にて再受講できます。

Q 受講日に欠席して受講できなかったときは？  
A 1年単位で受講内容を繰り返しています。次年度、欠席分は無料で受講できるサービスをご用意しています。

Q 修了証などのように発行されますか？  
A 1年間受講した方には全員に修了証を発行しています。  
講師と受講時間の一覧表を修了証と一緒にお渡しいたします。

お問合せ ピア・カウンセラー研修講座 代表福士真由美  
〒321-0346 栃木県宇都宮市下荒針町 3393-22  
TEL 090-8586-6906 FAX 028-647-1744  
E-mail : peercounselor.kenshukoza@gmail.com  
後援：(一社)栃木県医師会・(公社)栃木県看護協会  
(社福)栃木県社会福祉協議会・  
とちぎソーシャルケアサービス従事者協議会 以上申請中  
NPO 法人とちぎユースワークカレッジ

## ピア・カウンセラー研修講座参加申込書 FAXの場合は切らずに送付してください FAX. 028-647-1774

【ふりかえり】		職業・勤務先	
お名前		ご記入日 令和 年 月 日	
(男・女)		生年月日 年 月 (歳代)	
ご住所 〒		TEL	
		E-mail	
紹介者、または 講座を知った先		受講動機について	
受講料に ついて	<input type="checkbox"/> 月 日に振込済み <input type="checkbox"/> 月 日に振込予定	受講期間に ついて	<input type="checkbox"/> 全期 <input type="checkbox"/> 半期

お申込み ピア・カウンセラー研修講座 代表 福士真由美 TEL: 090-8586-6906  
お問合せ 〒321-0346 栃木県宇都宮市下荒針町 3393-22 E-mail: peercounselor.kenshukoza@gmail.com

本講座の開催は  
ボランティア活動  
ではありません。

## 講師紹介

### 丸山 隆

Takashi Maruyama



早稲田大学卒。栃木県カウンセリング協会理事長。臨床心理士。県内でもっとも有名なカウンセラーの一人。ロールプレイング(サイコドラマ)研究会を主宰。朝日新聞に人気コラムを連載した内容の著書「心の扉を」「心晴れたり、くもったり」は落合書店でベストセラーとなる。講座では、エンカウンター・交流分析などを担当。笑いあり涙ありのこころに響く講座です。

### 安食 弘幸

Hiroyuki Anzai



関西学院大学卒。セント・チャールズ大卒。(哲学博士)関西大学リーグでは強打者として活躍。峰町教会牧師・カウンセラーとして30年延べ1万人の相談に向き合う。とちぎTV「ゴスペルジェネレーション」説教者。近年は小中高校で行っている「命の授業」も好評。講座では、カウンセリングの土台となる「人間観・基本的な傾聴法」など、基礎となる講座担当です。

### 田中 達也

Tatsuya Tanaka



一般社団法人日本ナラティブセラピー協会理事長。公認心理師。家族カウンセラーとして、夫婦問題や家族問題、子どもの問題を中心に扱っています。「ナラティブセラピーは、その人の『症状』に注目せず、『語り』に注目します。相談者が今まさに語っている語りに変化をもたらすことにより相談者を変えていこうとする技法です」講座ではワークも交えながら学びます。

こんな人にオススメ!

今すぐアクションを! 動けば変わります

- コミュニケーション能力をアップしたい
- 傾聴スキルを生かして人の役に立ちたい
- カウンセリングや心理学に興味がある
- ひきこもりやうつ・不登校から抜け出したい
- 子育ての悩みを解決したい
- 人から好かれる自分になりたい
- 人間関係をスムーズにしたい
- ストレスに強くなりたい

# 共にカウンセリングを学び 自分を認め好きになれる

ピア・カウンセラー研修講座は、  
過去20年間以上で延べ800人以上の実績を持つ講座です

ピア・カウンセリングは1970年代初め、アメリカで始まった自立生活運動の中でスタート。自立生活運動は、困難を抱える当事者自身が自己決定権や自己選択権を育て合い、支え合って、平等に社会参加していく事を目指しています。ピア・カウンセリングとは、お互いに平等な立場で話を聴きあい、きめ細やかなサポートによって、地域での自立生活を実現する手助けをします。

### 狐塚 貴博

Takahiro Kuzuka



東北大学大学院教育学研究科臨床心理研究コース博士後期課程修了(博士(教育学))。心療内科クリニック心理士、スクールカウンセラーなどを歴任。2018年より名古屋大学大学院准教授。講座では、東日本大震災や事件、事故といった心理的危機状況などストレスの高い領域においてストレスマネジメントの指導をされてきた経験を生かし、効果的なストレスマネジメントの実践を学びます。

### 番澤 清美

Kiyomi Banazawa



アドラー心理学の一大拠点である(有)ヒューマン・ギルド総合ファシリテーター。国家資格公認心理師、アドラー・カウンセラー、法政大学大学院経営学研究科修了(キャリアデザイン学修士)。豊富なビジネス経験を踏まえた講義と、グループワークや演習を多用した講座は終了後に晴れやかな気分を味わえると定評があります。

### 兪 幀蘭

Yu Kyungran



東北大学大学院教育学研究科臨床心理研究コース博士後期課程修了(博士(教育学))。高校や専門学校のスクールカウンセラー、大学の学生相談室でメンタルヘルズ相談等に携わる。東日本大震災被災者支援や在日外国人支援に従事。2021年より宮城学院女子大学准教授。講座は、プリーフセラピーをはじめて学ぶ方のために演習なども交えて行います。

## 2023年度 受講生の声

### 「自分を知り、相手を知る」

- ・コミュニケーションをとる方法を体験できました。
- ・コミュニケーションや傾聴をしてもらうことで自己開示ができる体験ができました。
- ・自分と向き合うためには相手のことも受容する、知るといふことの大切さを改めて実感しました。日頃の自分の姿勢を振り返るとても良い機会になりました。
- ・何度受講させて頂いても新たな発見があり、さらに興味が湧きました。
- ・アドラー心理学について知りたかった部分でしたので興味津々でした。知った。
- ・勇気づけを生活に生かしていきたいと思います。
- ・実習を通してナラティブセラピーの面白さが分かりました。
- ・毎回楽しみで参加しています。

(一部抜粋)

2024年度 第25期

ピア・カウンセラー研修講座 カリキュラム

カウンセリングの基礎を中心に学びます。様々な理論・技法の基本をしっかりと学ぶので、カウンセリング初心者でも安心して取り組みます。

また、人間関係を学びたい方にお勧めです。

すべての講座で、「満足度10及び9」と答えた受講者が80%を超え、「また聞きたいと思う」の声も90%を超えました。自信を持ってお届けできる講座です。

会場 コンセーレ会議室

日時・会場	講座内容	講師
4/13(土) 13:30-16:30	出会いから学ぶ心理学 仲間作りから始まる エンカウンターグループ	丸山 隆 先生
5/11(土) 13:30-16:30	仲間でお互いの話を 上手に聞く ピアとは「仲間」。 ピアカウンセリング	丸山 隆 先生
6/15(土) 13:30-16:30	人は一人一人が 大切な存在です カウンセリングの基本となる 人間観を学びましょう	安食 弘幸 先生
7/20(土) 13:30-16:30	カウンセリングの 実践技術 傾聴と共感を演習で深め よう	安食 弘幸 先生
8/24(土) 10:00-16:30	ブリーフセラピーを学ぶ 人と人の相互作用から問題の 維持と変化について考えよう	齋 嶺蘭 先生
9/7(土) 10:00-16:30	アドラー心理学① 勇気とは、 困難を乗り越える力！ 集中講義で学ぼう	番澤 清美 先生



日時・会場	講座内容	講師
10/5(土) 10:00-16:30	アドラー心理学② 勇気とは、 困難を乗り越える力！ 集中講義で学ぼう	番澤 清美 先生
11/9(土) 13:30-16:30	交流分析(1) エゴグラム 自己理解・自発性、 人間行動を考察	丸山 隆 先生
12/7(土) 13:30-16:30	交流分析(2) 脚本分析 自分の能力に気づく。 ゲーム分析、人生の脚本 を学ぶ	丸山 隆 先生
1/18(土) 13:30-16:30	ナラティブセラピーの 概要	田中 達也 先生
2/15(土) 13:30-16:30	ナラティブセラピーの 技法	田中 達也 先生
特別講義 日程 調整中	安定した気持ちで日々を過ごすため ストレスマネジメントを学ぶ	狐塚 貴博 先生

日程及び講師・内容について、不測の事態により変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。

- ・ 講座運営中に換気を実施・消毒液・予備マスク設置
- ・ 開場時は各テーブルの消毒を実施
- ・ 状況に応じ、オンラインによる対応

ピア・カウンセラー研修講座 代表 福土真由美  
〒321-0346 栃木県宇都宮市下荒針町3393-22  
TEL : 090-8586-6906 FAX : 028-647-1744