

## 公開講座

～あの人の力になりたい 仲間同士だからできる支え合い～

# セルフケアのためのピアサポート

- 開催日 2023年6月22日(木) 13:30～17:30
- 会場 近鉄百貨店上本町店 11階 Kサポートセミナールーム  
(大阪市天王寺区上本町 6-1-55)
- 受講料 おひとり様 8,800円(消費税込み)

### 講座について

あなたの周囲に、“カウンセリングを受けて欲しいが、本人は乗り気ではない”という方はいらっしゃいませんか？職場や家族などで悩んでいる方の周囲から「どのようにサポートすればいいのかわからない」という声をお聞きします。「ピア」は英語で仲間という意味で、ピアサポートは「仲間同士の支え合い」を表します。

「カウンセリングを受けるのは敷居が高い」という方にも、あなたのサポートで悩みを抱える方の力になれることがあります。

この研修では、ストレスの知識を身につけて悩みを抱える方との接し方を学びたいという方におすすめします。

※Zoomでもご受講いただけます

### 講師

Kサポート 契約講師  
公認心理士・ICFコーチ  
井上 礼子

### 研修プログラム(4時間コース)

#### 1. ストレスとは

- ・ストレスが発生するきっかけ
- ・ストレス反応と心理的プロセス
- ・ストレスマネジメント

#### 2. ピアサポートのコツ

- ・信頼関係を築くとは
- ・3種類の承認
- ・聴き方のコツ

#### 3. セッション・ワーク

# お申し込みについて

## 1. お申し込み方法

① 下記の参加申し込み書にご記入のうえ、Kサポート教育研修事業部へFAX・郵送、またはインターネットで開催の7日前までにご送付ください。

(ただし7日前の場合は、直接当社へお電話でご連絡ください。TEL06-6776-9779)

② 参加者が少人数の場合、中止もしくは延期させていただく場合がございます。

中止の場合は、ご入金いただいた受講料を全額返金いたします。

## 2. 受講料のお支払いについて

① お申し込み受付完了後、受講証および請求書をお申し込み者様宛にお送りいたします。

7日を過ぎて書類が届かない場合は、お手数ですがご確認をお願いいたします。

② 受講料のお振込みは必ず開催日までをお願いいたします。

振り込み手数料はお申し込み者様でご負担ください。領収書は通常発行を省略させていただいております。それ以降になる場合や当社へ直接お支払いに来られる場合は、あらかじめご連絡ください。

## 3. その他

お申し込み後の変更またはキャンセルは、開催日の7日前までお受けいたします。

キャンセル料は、開催日6日前～前日は受講料の30%、当日は受講料全額です。

〒543-8543 大阪市天王寺区上本町 6-1-55 近鉄百貨店上本町店 11 階  
株式会社 Kサポート 教育研修事業部 公開講座受付係宛  
TEL : 06-6776-9779 FAX : 06-6772-7100  
<https://www.platz-kks.co.jp> (インターネットからもお申し込みいただけます)

### 「セルフケアのためのピアサポート 6月22日(木)」参加申し込み書

(フリガナ) 会社名		TEL.	( ) -
		FAX.	( ) -
所在地	□□□-□□□□	(フリガナ) お申し込み責任者	
		所属・役職	
ご参加者氏名 (フリガナ)	所属・役職	◎お手数ですが、本講座をお知りになったきっかけをお教えてください。 ※該当するものに印・記入をお願いいたします。 1.パンフレット(郵送・設置) 2.ご友人・知人の紹介 3.弊社ホームページ 4.弊社社員( )の紹介 5.近鉄百貨店 外商本部の紹介 6.その他( ) ◎参加申し込み書にご記入いただいた個人情報は、 ①受講証および請求書の発行・発送 ②弊社開催の講座・セミナーのご案内 に限って使用させていただきます。  ②が不要な場合は右にチェック願います。 <input type="checkbox"/> 不要	