



コロナに負けず、“いま”できる活動を！ 「聴く」ということを学び、ボランティア活動へ

新型コロナ以降の生活で、「外出や人に会う機会が減ってしまった…」「誰かとおしゃべりすることが少なくなってしまった…」という人は少なくありません。

福井市社会福祉協議会ボランティアセンターでは、「聴く」ということの技法を学び、お話し相手として活動するボランティアを養成し、支え合いのまちづくりを推進することを目的に、4年ぶりに「お話し相手ボランティア養成講座」を開催しました。(2021年2月～3月)

ステップ1 講義・演習「聴くということ」

講師の藤田正一氏(ヒューマンサポートセンター・ネスト代表)から、相手の話を受けとめる際には、相手の語り方に合わせることを意識することや、お話し相手ボランティアとしての態度などについて学びました。



ステップ2 実習(模擬体験)

既に活動されているお話し相手ボランティアに協力していただき、オープンサロンふらっとベルで実習を行いました。

「相手の話を聴くはずが、聴いてもらっているような感じだったかもしれない」「知識はもちろん、もっと経験を重ねないといけない」など、反省する受講者も多かったですが、協力ボランティアからは、声の大きさやトーンなど良かったことや観察して気づいたことについて、アドバイスをもらいました。



ステップ3 実習の振り返り

実習を振り返って、相手のお話を聴く時の座り位置や、話の始めの内容、話題づくりについて、さらに学びを深めました。また、3名のボランティアから実践例を聞く中で、いろいろな解決方法があることに気づきました。



オプション 懇談会

活動者の仲間づくりと活動への不安軽減を図るために、受講者とボランティア(6グループ9名)で懇談をしました。ボランティアからは、実際の活動場所や相手に合わせて工夫していること、大切にしている想いなど、体験談を交えてお話を聞きました。



今回、講義や演習等を通して、受講者から「相手に寄り添う気持ちや共感が大切である」「話しやすい、何か話したいと思ってもらえる空気づくりを意識したい」「実際に活動したい」などの声も挙がり、今後の活動について意欲を高めました。

コロナ禍でもつながりを絶やさず、お話し相手ボランティアが地域で活躍できるように、これからも市社協としてサポートしていきます。お話し相手ボランティアの活動については、福井市社会福祉協議会ボランティアセンターへお問い合わせください。(TEL 22-0022)