

Sotto

相談員募集

2020

日々、悩みが尽きることはありません。
どうしようもなく、わかってもらえない状況が続くと、
死にたいくらいの辛さを抱えることさえあります。

精神的にどん底、限界のときほど、誰かがそばにいて
くれる感覚や、抱えきれない気持ちを受け取ってもら
えることで、孤独がやわらいだり、支えに感じられる
ことがあります。

Sotto では心の居場所を感じられるような時間をとも
に過ごすことによって、ひとりきりで思いつめる辛さ
をやわらげられたら、と活動을続けています。

「居場所」つまり自分が居てもいいと思える場所。
それは、存在が受け容れられる感覚や認められる安心
によって実感できるものだと考えます。

講座では、どうすればきちんと相手の気持ちを受け取
ることができるか、自分が居ていいと思えるというの
はどのようなものなのか、ロールプレイなどの体験学
習を通じて感覚を養います。



募集要項

参加資格 20歳以上、経験は問いません

受講料 20,000円

募集定員 25名

応募開始 2020年9月より

応募方法 WEBサイトにアクセスし、申込みフォームに入力

※活動の連絡等はほぼメールのみでおこない、また、講座内容の一部はzoomを用いてオンラインでもおこないます。
ネット環境をお持ちでない方は受講をお断りする可能性があります。

フォーム受付後、メールにて振込先をご連絡いたします。
第一回講座(10/5)までにお支払いください。
お支払いを確認次第、正式に申し込み完了となります。

講座日程（㊦は18:30から21:00、㊧は10:00から17:00）

10/05 ㊦ 18:30-21:00 オンライン

10/29 ㊦ 18:30-21:00 オンライン

10/11 ㊧ 10:00-17:00 聞法会館

11/02 ㊦ 18:30-21:00 オンライン

10/12 ㊦ 18:30-21:00 聞法会館

11/08 ㊧ 10:00-17:00 長慶院

10/19 ㊦ 18:30-21:00 オンライン

11/09 ㊦ 18:30-21:00 オンライン

10/22 ㊦ 18:30-21:00 オンライン

11/16 ㊦ 18:30-21:00 長慶院（面談）

10/25 ㊧ 10:00-17:00 長慶院

11/19 ㊦ 18:30-21:00 聞法会館（修了式）

10/26 ㊦ 18:30-21:00 聞法会館

※なるべく全日程欠席のないようスケジュール調整のうえ
お申し込みください。

講座内容

下記の内容について、体験型の学習方法を用いて実践的に学びます。

- 自殺の現状と課題 ○死にたい気持ちとは ○気持ちを言葉で表現する
- 自殺の決意をした方に向き合う ○死にたい気持ちに向き合う
- 気持ちを受けとるには ○これからのことを共に考える

ボランティアの認定について

｜電話相談ボランティア

11/16 面談の可否によって2021年3月までの期間、電話相談実習(月3回)とグループ研修(月1回)に進みます。その後、面談をおこない、相談員として認定します。

｜グリーフサポートおよび居場所づくり等対人支援ボランティア

11/16 面談の可否によって2021年3月までの期間、グループ研修(月2回)に進みます。その後、面談をおこない、相談員として認定します。

｜広報・発信ボランティア

11/16 面談の可否によって合同研修(11/30)に進みます。その後、面談をおこない、相談員として認定します。

わたしたち Sotto は
死にたいほどの苦悩を抱えたときの
心の居場所づくりをしています



共に Sotto の活動を支えてください！

お申込みの際、Sotto の WEB サイトへは、
検索するか、スマートフォンから QR コードを
読み込んでアクセスしてください。
お問合せは事務局までお気軽にご連絡ください。



認定特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター Sotto事務局
075-365-1600 so-dan@kyoto-jsc.jp