

「ピア・カウンセリング」って

いま、障害を持って生きている自分のことをどう感じていますか？

障害があることの思いや、社会から受けてきたことに対して、気づかぬうちに自分をおさえてきたことはありませんか？

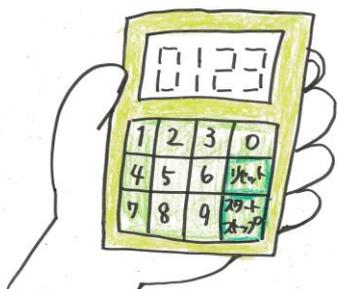
障害がある自分自身の存在に対して、積極的な見方ができないままで過ごしている人は少なくありません。ピア・カウンセリングとは、障害を持つ仲間と助けあって、自己信頼を取り戻していくことです。

「ピア」とは、「仲間」、「同じ」、「対等」の意味があります。ピア・カウンセリングとは、同じ背景を持つ人たちが、時間を同じように分け合いながら、同じ目線で、自分たちの障害を通して対等に話を聞きあうことです。これまで閉じ込めてきた感情を解放することで、自分の本来の力に気づき、他と助けあえるということを実感してください。

そして自分らしい生き方を探していきましょう。

「ピア・カウンセリング」の約束事

じかん まも
時間を守る



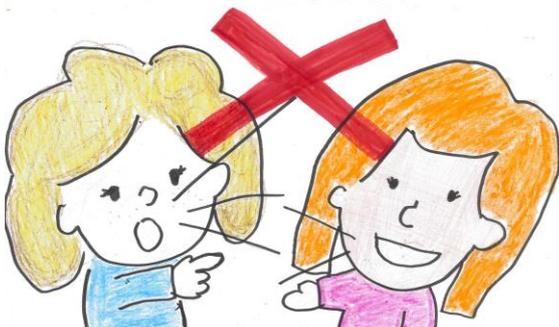
ひていひはん
否定批判をしない



しこうひん
嗜好品をとらない



アドバイスをしない



ひみつ まも
秘密を守る

