

第18期メンタルサポーター養成講座 講義概要

令和2年10月25日～令和3年2月7日
公益財団法人広島県男女共同参画財団

第1回 2020年10月25日(日)

「子どもの諸問題に対する理解と実際～こころの発達と関わり～」

講師：古元 邦子さん (心理相談室アフォーダンス代表/臨床心理士・公認心理師)

子ども虐待、発達障害など、社会で取り上げられることの多い子どもの諸問題について解説をします。子どものこころの問題は、年齢が低ければ低いほど、からだの発育と深く関わっています。

こころの問題は、からだや関わり行動に現れます。子どものこころの問題を理解することで、自分自身のために役立つ「観察のポイント」についてお話をします。

また、子どもは「遊び」を通じて、自ら問題に取り組み、乗り越えていきます。この「遊び」は、私たち大人のこころに、大切な役割を果たしています。こころの発達と関わりを理解する視点が、私たち大人の関わりを理解することにも大いに役立ちます。こころに触れる関わりについて、一緒に考えてみたいと思います。

第2回 2020年11月7日(土)

「こころの病気に対する理解と心理的支援」

講師：水谷剛司さん (光の丘病院/海上保安庁第六管区ストレス対策ネットワーク臨床心理士・公認心理師)

近年、わが国の精神疾患患者は増加の一途をたどり420万人に迫る勢いです(H29「患者調査」)。実に日本人の約30人に1人がこころの病気により医療機関にかかっていることとなります。厚生労働省の掲げる地域医療の重点施策においても、旧来の4大疾病(「がん」「脳卒中」「急性心筋梗塞」「糖尿病」)に「精神疾患」がプラスされ、今やこころの病気に対する理解と支援は緊要な課題となっています。

本講義では、最近の精神疾患の動向と共に、うつ病などのいくつかの代表的な精神疾患を概説し、こころの病気の原因論や治療方法について基礎的な理解を深めていきます。

そして、より良い心理的支援とは何かについてカウンセリングの視点からそのポイントを解説していきます。

また、今年度はコロナ禍におけるこころの問題にも触れていきたいと考えています。

第3回 2020年11月14日(土)

【男女共同参画部門】「DVと児童虐待～法的支援の現場から～」

講師：寺本佳代さん (弁護士)

虐待、DV、いじめ、ハラスメントなど身近な日常の中で起こる悲惨なニュースが、毎日のように報道されています。家庭内、学校内、職場内など閉じられた日常の生活の中で起こる問題であるがゆえの、支援の難しさがあります。支援する側も躊躇や戸惑いを感じることも多いです。しかし、実情から目をそらすことなく、支援のためには何が必要か考えなくてははいけません。

今回は、弁護士の立場から実情を伝え、一緒に考えていきたいと思います。

第4回 2020年11月29日(日)

「要介護高齢者並びに家族に対する心理的支援」

講師：野村妙子さん（特別養護老人ホーム三滝苑施設長/臨床心理士・公認心理師・社会福祉士）

私たちは高齢化率 28.1%の超高齢社会に所属しており、「家族介護」はいつ誰に起こってもおかしくないライフイベントとなりました。けれども、この「家族介護」と言う極めて厳しい試練に直面する人々をどのように理解し、支えていくのかについて、あまり具体的な施策もなく、ケースに直面した援助職が手探りで取り組んでいるのが現状です。

本講義では、要介護高齢者や家族介護者心理の基礎知識に触れながら、具体的事例のケースを上げ、家族介護者が今を乗り越え、よりよく生きるために、どのような心理的支援に可能性があるのかについて学んでいきます。

第5回 2020年12月6日(日)

【男女共同参画部門】「親の介護と娘の老後～親はわたしがみたけれど～」

講師：春日キスヨさん（臨床社会学者）

超長寿化と家族力の低下が相まって進むなか、介護家族の姿も大きく変わった。

子世代介護者も、息子の妻から実子（とりわけ娘）に移行している。その中で現代ならではの介護問題が生じている。女性の就業率、シングル率が上昇した現在、自分の人生（特に仕事）と親の介護をどう両立させるか。実子なるがゆえに生じる要介護の親との心理的葛藤、関係の危機にどう対処するか。有配偶女性の場合は、自分の家族と親の介護のどちらを優先させるか。介護を担わない兄弟姉妹との関係をどう考えるか、等々。

講義では日本の介護家族の現状を述べ、今後さらに厳しさを増す社会において、介護を担うことが女性の人生や生き方と、どう関わるかについて学んでいく。

第6回 2021年1月31日(日)

「夫婦・家族に対する支援～家族カウンセリングを中心に～」

講師：村上雅彦さん（広島ファミリールーム所長/臨床心理士・公認心理師）

家族は、個人に大きな影響を与える集団です。家族が機能的になっていけば、個人にもよい影響をもたらします。また、夫婦は家族形成の核となる存在ですが、特徴のある独特の世界を形成しています。

夫婦や家族に対する支援というのは、対象が複数になりますので、それに対応する見方が必要になります。

本講義では、家族を捉えるものの見方、その見方に基づく家族の理解、夫婦の世界の理解、支援のための有効な方法、などについてお話いたします。

第7回 2021年2月7日(日)

「対人援助職のためのセルフケア～学んだ知識や技能を生活で生かすために～」

講師：小早川久美子さん（えなカウンセリングルームカウンセラー/臨床心理士・公認心理師）

メンタルサポーター養成講座で学んだ知識や対人援助技術を生活で生かすには、学んだ知識を上手に使うことができるという自信（自己効力感の上昇）が必要です。援助技術を高めることも自信につながりますが、同時に、自分自身がすでに持っている問題解決能力や、セルフケアの方法を確認することも自信につながります。

そのために本講義では、セルフケアのためのチェックリストや、グループワークを通して、自分に気づき、他者から学ぶなどの体験学習も取り入れます。

*日時・講義内容はやむを得ず変更することがあります。