

第19期メンタルサポーター養成講座 講義概要

令和3年10月31日～令和4年2月6日
公益財団法人広島県男女共同参画財団

第1回 2021年10月31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の工夫～」

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おり、問題はからだや行動に現れます。その一方で、子どもは「遊び」を通じて、自ら問題に取り組み、乗り越え、成長していく力を持っています。不思議な子どもの行動、遊びをどのように理解すればよいのか一緒に考え、関りの工夫について、お話をします。

私たち大人も、子どもの頃の経験を思い出しながら、今の子どもたちの環境についても、考えてみたいと思います。

第2回 2021年11月14日(日)

「男女共同参画部門」 「コロナ禍であらわになる女性の苦境～性被害とDVの実態と支援～」

講師：寺西環江さん (弁護士)

コロナ禍で、家庭内暴力が増加し、被害を受ける女性の数が増えています。DVは、被害者の体を傷つけるだけでなく、長い時間をかけて被害者の心をむしばみ、少しずつ尊厳を奪っていきます。性被害は、感覚を伴った体内への侵襲で、体はもちろんのこと、心を深く傷つけ(自尊心をずたずたにする)、「魂の殺人」と呼ばれています。

自尊心が、人の心にどのように影響するか、実際に性被害者に寄り添った立場から見えるものと、DV、性被害に関する日本の実情、支援者に期待されるものについて一緒に学んでみましょう。

第3回 2021年11月27日(土)

「精神疾患の理解と心のケア」

講師：水谷剛司さん (ほうゆう病院心理室長/臨床心理士・公認心理師)

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(厚生労働省「H29年患者調査」)。実に日本人の約30人に1人が心の病気により医療機関に通院しています。精神疾患は、4大疾病(「がん」、「脳卒中」、「急性心筋梗塞」、「糖尿病」)に加えて5大疾患と呼ばれるまでにメジャーになりました。それが故に関わる側のすそ野も広くなり、今や心の病気の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うつ病などのいくつかの心の病気を概説し、原因論や心理的支援のあり方について基礎的な理解を深めていきます。そして「より良い心のケアとは何か」について共に考え、心理的支援のポイントをお話します。また、昨年に引き続き、コロナ禍における心の問題にも触れていきたいと考えています。

第4回 2021年12月12日(日)

【男女共同参画部門】「男性介護者が抱える苦悩～ジェンダーの視点から読み解く～」

講師：春日キスヨさん（臨床社会学者）

介護は女性問題と言われてきた。しかし、現在、同居の家族介護者割合は夫 15.6%、息子 17.8%に達し、息子の妻 13.2%を超える。夫介護者も息子介護者も男性に共通する不慣れな家事、社会的孤立による苦悩のみならず、夫と息子では大きく異なる苦悩がある。そこには性別役割をめぐるジェンダー規範、身体接触をめぐるセクシャリティ規範、家族の権力関係、社会福祉制度などが複雑に絡み、周囲の人々のまなざしも異なる。男性介護者の苦悩の特質について触れ理解を深めると同時に女性介護者の苦悩についても述べていく。

第5回 2022年1月9日(日)

「認知症の人と介護家族者への心理的支援」

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）

人生 100 年時代の到来で、働きながら介護をする人が増えています。厚生労働省のデータでは介護・看護による離職者は約 10.0 万人でそのうち 8 割が女性です。「働く」と「介護」をするという葛藤や、介護という日常生活の先行きの見えなさ、繰り返される認知症の症状への対応。そこに制度という形で支援はあっても、疲弊する家族の心のケアは置き去りのままです。

本講義では、家族介護者の心のありように触れながら、家族介護者が介護という試練を乗り越えていく際の心理的サポートについてワークを交えながら学んでいきます。

第6回 2022年1月23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 2022年2月6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。