

こころのウェルネスプログラム

あなたの持っている可能性を十分に発揮して生きてみませんか？

「こころのウェルネスプログラム」では、こころの成長モデル／ウェルネスモデルに基づいて、心理学やカウンセリングの様々な知識やスキルを活かしながら、参加者の皆様が自分らしく生き生きと暮らせるお手伝いをさせていただきます。スタッフはこころの専門家である臨床心理士を中心に、対象はお子様から高齢者の方まで幅広く、自分らしい充実した人生をクリエイトすることをお手伝いいたします。



2019年度 プログラム紹介

プログラム名	内容	日程／参加費	対象	定員 (最低実施 人数)
プレイケア (通称“さん きゅう”)	今年も「子ども達に夏休みの楽しい体験をプレゼントする」をコンセプトにプレイケア“さんきゅう”を開催します(第15回)。 大学生・大学院生のスタッフが夏休みを楽しく過ごせるようお手伝いします。	期間：2019/8/20(火) ～23(金) 時間：10：00～14：30 回数：4回を予定 参加費：1回¥400 (傷害保険含む)	小中学生	20名 (5名)
大人のための 自己理解 プログラム	心理アセスメント(心理テスト)の結果を通して、ご自分の特徴や性格について自己理解を深めていくプログラムとなっています。	期間：2019/7～2020/3 日時：ご希望者のニーズにあわせて設定 回数：3回を予定 参加費：無料 ※本プログラムは研究の一環であるため無料です。	原則として20歳以上の方を対象とします。	定員は特になし (1回につき1人)
からだの感じ をじっくり楽 しむヨガ	からだの中の、気になる部分や注意を向けてみたい部分を感じ、ゆったりと時間をとって、簡単なヨガのポーズをとります。からだに優しく、気持ちよくからだを動かします。1回のみ参加も可能です。時間は60分程度です。	期間：2019/11/9(土) ～2019/11/30(土) 日時：9日(土)10：30～ 16日(土)16：00～ 30日(土)10：30～ 回数：3回を予定 参加費：無料	からだをゆっくりと動かし、からだの感覚を楽しむことに関心のある方	5名 (1名)

2019年度 プログラム紹介(続き)

プログラム名	内容	日程／参加費	対象	定員 (最低実施 人数)
児童・生徒が毎日学校に行きたくなる ストレスケア・プログラム	児童・生徒のコミュニケーション力やお互いを支え合うことができる人間関係づくりを支援するためのワーク、自分の心を観察するワークなどをニーズに合わせ、学校の方にお伺いして実施します。 保健室やステップアップルームに登校している児童・生徒についての申し込みでもお伺いしますので、ご相談下さい。	期間：2019/6/3(月) ～2020/2/3(月) 研修時間は相談者のニーズに応じて設定 (1h～1.5h) 複数回の実施も可能 参加費：無料	小・中学校 学級 (教職員の方が申し込み下さい)	1回につき 40名程度 (1名)
心理査定体験会 ～自分を知ってみよう～	心理査定の体験を行い、その結果を通してご自分の性格や特徴の理解を深めていく体験会となっています。	期間：2019/7 ～2020/3 日時：ご希望者のニーズに合わせて実施 参加費：無料	九州産業大学学生	3名 (1名)
セラピスト・センタード・トレーニング	セラピストのための当事者研究(白井:2016)です。セラピストとして臨床活動を行っていく中で、持っているケースや自分の臨床観、あるいは自分の悩みについて集団で話しあい、自分の考えの整理や悩みの解決、新たな考えの発見を生む出すプログラムです。ファシリテーター、テーマ出題者1人、サポーター数人の集団にてテーマについて考えていきます。	期間：2019/11月下旬 ～12月上旬予定 日時：午後の時間で2～3時間程度 回数：1回 参加費：無料	心理学を専攻する大学院生・大学院卒業生 ※希望があれば大学生も参加可能 (守秘義務説明会参加必須)	10名 (2名)
箱庭体験ワーク	個別で箱庭作成を行っていくワークです。箱庭について簡単に学び、実際に箱庭を作成していきます。 箱庭を勉強したい、体験したい、自分の心を少しのぞいてみたい方はどうぞ。	期間：2019/12 ～2020/2 日時：水曜日午後 ※希望者の日程に調整可能 回数：1人あたり最短1回最長5回まで希望に合わせて実施します。 参加費：無料	18歳以上の心理学に興味のある方	5名 (1名)

2019年度 プログラム紹介(続き)

プログラム名	内容	日程／参加費	対象	定員 (最低実施 人数)
学習塾「心支塾 (しんしじゅく)」	個別指導塾「心支塾(しんしじゅく)」では、子ども一人ひとりの特性や性格、そして学習段階に合わせた声かけや関わり方で、中学英語に対する学習意欲が高まるようなサポートを行ないます。 そして、その中で子ども一人ひとりが、自分に合った勉強方法を見つけ、なぜ勉強するのかについての答えを、それぞれに見つけてもらえればと思っております。	期間：2019/8/31(土) ～11/16(土) 日時：上記期間の 毎週土曜に開催。 時間帯は、下記①～③ のいずれか1つ。 ①15:00～16:30 ②16:45～18:15 ③18:30～20:00 回数：全33回の内、 一人につき11回実施 参加費：無料	中学生 (※特に英語 が大嫌いな中 学生大歓迎)	10名 (1名)
「ワンド」	思春期・青年期の方々を対象として、自分らしく過ごせる居場所を提供します。参加者一人一人のニーズやペースを大切にしながら、仲間とのつながりをサポートします。 自由参加で、それぞれのその時の気分に合わせて過ごします。	2019/4～2020/3 毎週水・金・土 時間：13:00-16:00 *毎週木曜は必要に応 じて個別面接のみ 参加費：無料	16～30歳位ま でのひきこも り状態かその 傾向にある方 (九産大生も OK)	15名 (1名)
「ワンド」 親の会	「ワンド」に来られている方のご家族をはじめ、ひきこもりがちな方を支える人たちの、語り合いと学習の場です。	2019/4～2020/3 原則毎月1回土曜日 時間：13:00-16:00 参加費：無料	ひきこもり状 態かその傾向 にある方のご 家族	定員は 特になし

お申込方法／お問い合わせ先

会場：九州産業大学2号館2F 臨床心理センター

お申込方法：お名前、性別、年齢、電話番号、住所、メールアドレス、希望プログラムを明記の上、臨床心理センターへEメール、もしくは電話でお申し込みください。プログラムに関するご質問もお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先：九州産業大学 臨床心理センター

福岡市東区松香台2-3-1 九州産業大学2号館2F

Tel：092-673-5804

Eメール：rinsyo@ip.kyusan-u.ac.jp

*日曜日、祝日を除いて、10:00-16:30に受付致します。

