

# 九州産業大学 臨床心理センター主催 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。



## 2024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<br>(最低実施<br>人数) |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------|
| 子育て中の方<br>のためのフォー<br>カシングプ<br>ログラム | このプログラムは、子育て中の養育者の方がご自身の心を労わるためのプログラムです。フォーカシングと呼ばれる心理療法を用いて、ご自身に生じる「からだの感じ」に注意を向けながら、日々の子育てをゆっくり振り返ります。60分程度の個別のセッションをご希望の日時で行わせていただきます | 期間：2024/9～2025/3<br>日時：参加者のご希望にあわせて設定<br>回数：3～7回を予定<br>料金：無料<br>※本プログラムは研究の一環であるため無料です。 | 子育て中の養育者の方<br>(お子様及びご本人様の年齢、性別は問いません) | 10名程度<br>(1名)      |

## 2024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<br>(最低実施<br>人数) |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------|
| 「ワンド」        | 思春期・青年期の引きこもり傾向にある方々を対象として、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。 | 期間：2024/4～2025/3<br>開室日時：<br>毎週 水・金・土<br>13：00-16：00<br>※毎週、火曜と木曜は必要に応じて個別面接や家庭訪問を行います。<br>参加費：無料 | 中学卒業後～20歳位までのひきこもり状態かその傾向にある方<br>(九産大生もOK) | なし                 |
| 「ワンド」<br>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。                                                                | 期間：2024/4～2025/3<br>開催日：<br>原則毎月1回土曜日<br>13：00-16：00<br>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                       | 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2階 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2階

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。

