

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。



2025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)
セルフ・コン パッション ワーク体験	最近心理学の業界で注目を集めつつある概念に、自分を思いやり、ありのままの自分に慈悲を持って関わっていく力としてセルフ・コンパッションというものがあります。このセルフ・コンパッションの力を身につけることで、ストレスが軽減されたり、幸福度が増したりすると言われています。日頃自分自身に厳しく接して疲れている方へ、セルフ・コンパッションのワークを体験し、少しでも自分を労われるような態度を身につけられるようになりませんか？	期間：2025/5～2025/8 日時：希望者のニーズに合わせて設定 回数：最短1回～最長8回 参加費：無料	心理学に興味のある方	募集終了

2025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)
「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：2025/4～2026/3 開室日時： 毎週 水・金・土 13：00-16：00 ※ 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。 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 (九産大生もOK)	なし
「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。	期間：2025/4～2026/3 開催日： 原則毎月1回土曜日 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	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。

