




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公認心理師・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。

2026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)	お申込み お問い合わせ
対人援助者のための 「みつを風フォーカ シング」の夜	<p>このプログラムは、対人援助の仕事をお持ちの方が、ご自分への労りとともに、御自身の支援活動を振り返る方法を体験していただくプログラムです。ご自身の支援活動についてどんな感じがしているかを中心に、俳画（ごく簡単なアートや短文）を作りながら振り返り、インタラクティブ・フォーカシングと呼ばれる手法で他のメンバーから感覚的なフィードバック、もしくは直観的なフィードバックを貰います。お互いの支え合いも感じていただけるような会です。</p> <p>*研究のため、各回終了後に5～10分程度のアンケートへのご協力をお願いしますが、ご回答は任意です。</p>	<p>日時：全4回 2026年 4月7日（火） 7月14日（火） 11月17日（火） 2027年 2月16日（火） いずれも 19:30 - 21:30 場所：ZOOM 参加費：無料</p>	<p>対人援助の仕事をお持ちの方で、ご自身の対人援助活動を、自分への労りとともに振り返りたい方 公認心理師・臨床心理士を目指す大学院生 ＊一定の内容・タイムスケジュールを毎回行う予定ですので、1回のみのご参加OKです。 ＊他の方のお話に関する秘密を保持してくださる方を対象とします。</p>	<p>16名程度 (2名)</p>	 https://ws.for mzu.net/sfge n/S8699550 31/

プログラム名	内容	日程・参加費	対象	定員 (最低実施人数)	お申込み お問い合わせ
<p>支援対象者の立場に寄り沿うための自己省察ワークショップ</p>	<p>支援者は、自分が属してきた文化や立場の影響を受け、無意識のうちに自分の「考え方」や「当たり前」をもとに支援を行っていることがあります。そうした前提に気づき、見直すことが、より公正で信頼に基づく支援につながる第一歩になるでしょう。このワークショップは、権利擁護に関する研究の第一人者であり、学校現場での豊富な臨床経験をお持ちの蔵岡智子先生（東海大学）を講師としてお招きし、支援者自身のものの見方や前提を振り返る機会とするものです。 *本ワークショップは、講師が科学研究費基盤研究C「心理臨床領域におけるアドボカシー概念の探究と研修プログラム開発」の助成を受けています。フォローアップアンケートにお答えになった方には、研究協力の謝礼としてQUOカード3,000円分が送られます。</p>	<p>日時：全1回 2026年 8月23日（日） 13:30-16:30 場所：九州産業大学 大学院附属臨床心理センター 参加費：無料</p>	<p>臨床心理士、公認心理師の資格をお持ちの方もしくは臨床心理士・公認心理師養成課程に在学中の大学院生</p>	<p>30名程度 (2名)</p>	 <p>https://ws.forzmu.net/dist/S2439068/</p>
<p>コミュニケーションが楽になる傾聴講座</p>	<p>相手の話をしっかり聴くコツを知ると、コミュニケーションはぐっと楽になります。この講座では、人間関係に役立つ基本的な傾聴技術について、ステップ・バイ・ステップの実習で共に学んでいきます。「受け容れる態度」「共感的な聴き方」「話しやすい質問」などを、してみる体験・してもらう体験が、日常の中でいろいろな相手と関係を築く際の参考となるでしょう。カウンセリングを学ぶことが気になっていた方や、傾聴技術を家庭や職場で活かしたい方、対人援助の基本に立ち返る時間を持ちたい方など、皆様を歓迎いたします。</p> <p>*1回のみのご参加もOKですが、第4回目以降からのご参加については、ご相談ください。</p>	<p>日時：全5回 2026年 11月20日（金） 12月18日（金） 2027年 1月22日（金） 2月19日（金） 3月19日（金） (19:00-20:30) 回数：5回 場所：九州産業大学 大学院附属臨床心理センター</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・学外の方 (中学校卒業年齢以上) ・学内の方 (どなたでも) <p>*当講座はご参加者様同士で集中して話を聴き合う実習が含まれますので、現在、精神科や心療内科で治療中の方及び心理カウンセリングを受けておられる方は、主治医や担当カウンセラーのご了解を得た上で、ご参加ください。</p>	<p>20名程度 (2名)</p>	 <p>https://ws.forzmu.net/dist/S689941925/</p>

プログラム名	内容	日程・参加費	対象	定員 (最低実施人数)	お申込み お問い合わせ
		参加費：学外の方… 1回につき1,000 円、学内の方…無料			
ひみつの星の展覧会 プログラム	学校に行くことや、人と話すこと、外に出ることが、ちょっとこわいと感じることはありませんか。ひみつの星の展覧会は、絵を描いたり、文章を書いたり、写真を撮ったり、ものを作ったりすることが好きな子ども・若者のための、小さな展示会です。あなたの作品を、美術館という少し特別な場所に展示します。会場へ来ることがむずかしい場合は、作品だけの参加でも大丈夫です。無理に人と話したり、外へ出たりしなくても参加できます。作品の評価や順位づけは行いません。上手かどうかではなく、あなたが作ったものを大切にする展示会です。自分の作ったものを、そっと外の世界に置いてみる、そんな体験を通して、安心できる距離感のまま、誰かや世界とゆるやかにつながる時間になればと思っています。*研究のため、展示の前後に簡単なアンケートをお願いすることがあります(回答は自由です)。	日時：2027年2月 を予定(3日間) 場所：福岡市の美術館 またはギャラリー (予定) 参加費：無料	学校生活や対人関係に困難を感じている方、外に出ることや人と関わることに不安を抱えているが、絵を描くことや、文章・工作などの表現活動に関心がある、あるいは行っている子ども・若者(18歳まで)。 *本プログラムは心理的安全性への配慮を重視し、現在、精神科・心療内科・カウンセリング等へ通院中の方は、主治医・カウンセラーのご了解を得た上で、ご参加ください。	20名様程度 (2名)	 https://ws.for mzu.net/sfgenn/S9426207 94/
「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	Tel: 092-673-5830 Eメール： 2012wand@gmail.com 受付時間： 火～土 10:00 - 17:00

プログラム名	内容	日程・参加費	対象	定員 (最低実施人数)	お申込み お問い合わせ
「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	同上

ウェルネスプログラムについてのお問い合わせ先

九州産業大学大学院附属臨床心理センター

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、祝日を除く 10:00-16:30)