

事業報告

1. 講師派遣
 - ① 『カウンセリングスキルアップ研修』
2014年9月17日(水) / 講師 稲富正治
 - ② 『難病患者等ホームヘルパー養成研修(基礎課程Ⅰ)』
2014年10月21日(火) / 講師 猿渡めぐみ
 - ③ 『薬物乱用防止教室』
2014年12月12日(金) / 講師 川口るり子
 - ④ 『難病患者等ホームヘルパー養成研修(基礎課程Ⅱ)』
2014年12月25日(木) / 講師 猿渡めぐみ
 - ⑤ 『生活保護ケースワーカーのメンタルヘルス』
2015年2月13日(金) / 講師 猿渡めぐみ
 - ⑥ 『思春期の子どもの心理とその理解』
2015年3月3日(火) / 講師 稲富正治
 - ⑦ 『職場の雰囲気づくり・コミュニケーション講座』
2015年3月31日(火) / 講師 稲富正治
2. 研修会
 - ① カウンセリングスキルアップ研修(2014年度後期)
講師 稲富正治
日程 応答トレーニング編
10/2・11/6・12/4・1/8・2/5・3/5
ロールプレイ編
10/28・11/25・12/9・1/27・2/24・3/31
 - ② 脳はどこまで心を解き明かせるのか?
講師 宮森孝史
日程 2014年9月13日(土)
 - ③ 現場で役立つカウンセリングのいろは
講師 稲富正治
日程 2014年11月13日(木)
 - ④ 発達障害の子どもへの早期療育支援
講師 原由子
日程 11/24(月・祝)・12/14(日)・1/11(日)

書籍情報

福山嘉綱先生の臨床実践のノウハウが一冊の本になりました!

臨床家のための自律訓練法実践マニュアル 効果をあげるための正しい使い方

定価2,700円(＋税)、192頁、A5判、並製

著者の福山嘉綱先生よりメッセージをいただきました!

自律訓練法は、意識的にリラックス状態を作り心身の安定を図る心理技法です。心身の休息状態を作ることで自律神経機能の調整を図り、睡眠障害(入眠困難、中途覚醒、熟眠障害)、緊張性の頭痛・血圧上昇・肩こり、パニック障害の息苦しさ・動悸、不安感や憂うつな気分の改善などに用います。

本書では、自律訓練法を指導する際の留意点をできるだけ詳細に解説しました。臨床家にご一読いただければと考えています。また、自分で練習したい方は、プロはここを意識して指導しているのだとポイントを理解しながら進めることができます。

お買い求めはお近くの書店・ネット書店でどうぞ!



ご寄附のお願い



当法人は現在、『認定NPO』取得に向け、様々な活動を続けております。認定要件の一つとして、広く一般から活動が認められ、賛同を得ていることがあり、一定額の寄附を得ていることもそのひとつとされております。寄附についての詳細はホームページ (<http://www.msak.jp/donation.html>) をご覧ください。

編集後記

今年も去年のような大雪になるのか…?とビクビクしながら過ごした冬でしたが、そんな心配は不要だったようで、気がつけば春はもうすぐそこまでやってきました。

次こそは余裕をもってと考えておりましたが追い込まれないとエンジンがかからない性分なのでしょう。バタバタの制作となりました。新年度も襟を正し、みなさまのあたたかい応援にお応えできる法人としてあるべく様々な活動をしてまいりたいと考えています。引き続きどうぞよろしくお願い申し上げます。

Vol.2

March, 2015

ふわっとほっと

What's hot?

発行 特定非営利活動法人神奈川県メンタルヘルスサポート協会
〒252-0303 神奈川県相模原市南区相模大野5-29-23

冬の名残のまだ去りやらぬ時候、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。平素はひとかたならぬご愛顧を賜り、厚く御礼申し上げます。

今冬の気候は、大きく崩れることなく、ご来室のみなさまにもご迷惑おかけすることなく、さがみはらカウンセリングルームは滞りなく運営することが出来ました。ご協力に感謝申し上げます。

今号では、個別のカウンセリング事業のほかに取り組んでおります、援助職等への研修事業をご紹介します。当法人では、地域のみなさまによりよい援助のできる専門職の教育・資質向上を目的とした各種研修を実施しております。研修企画事業は、法人設立以来継続して実施している中核的存在です。多くの福祉、教育、看護、心理等の援助職への教育機会を提供し、好評いただいております。

また、さがみはらカウンセリングルームの創設者、福山嘉綱先生の臨床実践のノウハウを集大成した、『臨床家のための自律訓練法実践マニュアル』が刊行されました。ここからからだの両面から、相談者様自身によるセルフコントロールを可能にするリラクゼーションの習得を、長年ご指導されてきた先生の援助のコツが余すことなく、紹介されております。是非、書店等でお手に取っていただきたく存じます。

その他の事業として、心理教育やストレスマネジメント、コミュニケーション促進、心理的援助のコツなどをお伝えする講師派遣という形の地域貢献するニーズが高まっております。当法人では行政機関、各種学校、企業(事業所)等への講師派遣が年々増えております。メンタルヘルスに関する知識、技能の普及、啓発により、さらなる地域のこころの健康づくりに貢献してまいります。

時とともに変化し、成長し、ときに混沌とする社会環境の中で、痛み、辛さ、生きにくさなどのメンタル不調を抱える人々の心に寄り添います。そして、前に向かって一步を踏み出すお手伝いをさせていただくことを目的とし、カウンセラー共々スタッフ一同、地域社会のお役に立てるよう、日々精進しております。

援助専門職は、日々の実践により、みなさまに鍛えられ、勇気づけられながら、その資質を絶えず向上し、みなさまへの援助実践にそれらを還元するよう努めております。引き続き、みなさまに温かく見守っていただきながら、愛される、頼れる事業実践をめざしてまいります。今後とも、みなさまのご指導、ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。

神奈川県メンタルヘルスサポート協会
理事 福山 渉

事業のご紹介 PART2～研修企画班～

私たち法人について、前号では「相談査定班」をご紹介しました。今号は「研修企画班」の活動をご紹介いたします。研修会のレポート、今後の研修会についてもあわせてご案内いたします。

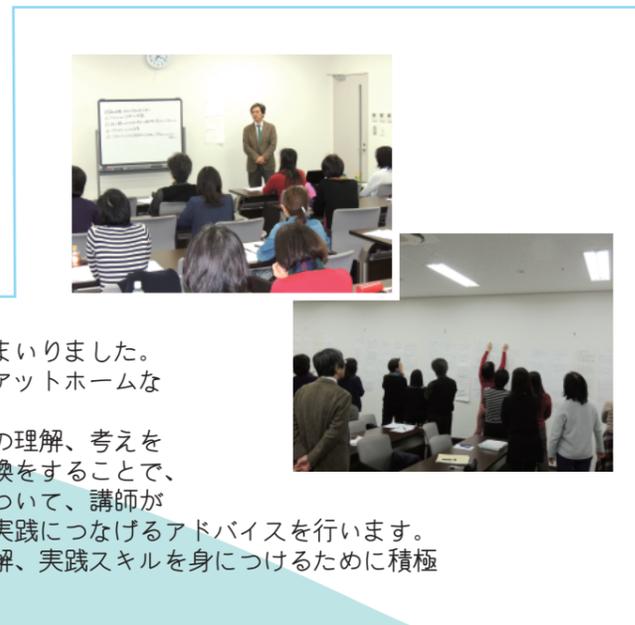
カウンセリングスキルアップ研修

カウンセリングスキルアップ研修は、心理、福祉、教育関係などのさまざまな現場で活躍されている皆様から好評をいただいている研修です。

「応答トレーニング編」では、毎回異なる事例について、内容を理解しながら相手の気持ちや思いを深く考え、専門職としての関わり方を考えます。自分で考え、参加者同士で意見交換をすることにより、事例をより深く、広く理解することにつながります。自身の現場だけでは遭遇できないような事例に触れ、知識とスキルの幅を広げることに役立っています。

「ロールプレイ編」では、参加者同士で面接の場をシミュレーションします。応答トレーニング編で培った聴く力、考える力に加え、伝える力、思考の柔軟性や視野の広さを高め、実践の場で生かすことを目的としています。

知識として蓄え、それを実践につなげることで、より現場で生かすことができるようになります。



研修レポート その1

3月5日に行われた「応答トレーニング編」に参加してまいりました。この研修はリピーターも多く参加されており、非常にアットホームな雰囲気の中で研修がスタートしました。

参加者が黙々とメモを取り、それらをもとに自分なりの理解、考えをまとめます。それを文字に起こし、参加者同士で意見交換をすることで、自分の考えを伝えるトレーニングにもなります。事例について、講師が注視すべき点、伝えるべき事柄についてレクチャーし、実践につなげるアドバイスをしています。

参加された方の職場、立場は様々ですが、より深い理解、実践スキルを身につけるために積極的に意見交換している姿が印象的でした。

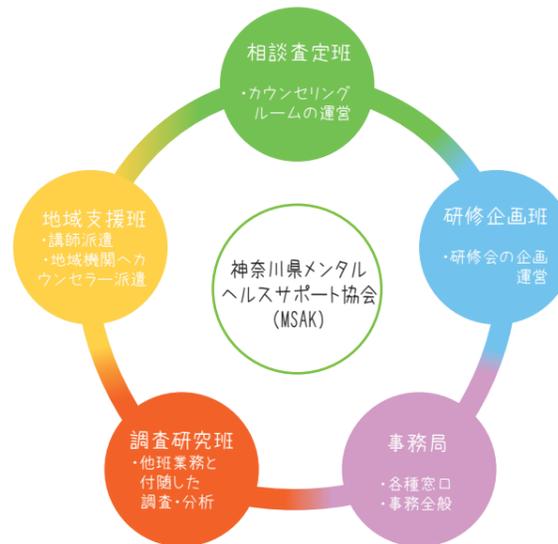
研修講師ご紹介 稲富 正治 先生



研修会に参加し、知識を増やすだけでは真の意味のスキルアップとは言えません。参加される皆さんは日々現場で様々な人と対応しています。この研修会でできるだけたくさんの事例について知識を深め、実践力を身につける、インプットした内容をアウトプットにつなげる力を身につけることがこの研修の最大のポイントといえます。

参加者の皆さんも、現場では「プロ」として活躍されています。誰かに対して注釈を加える、アドバイスするというよりむしろ、全員にとって意味あるものとなるような「気づきを促す」ことができるように努めています。

どのような言葉を使えば「気づき」となるか・・・これもトレーニングといえますね。



※前号の法人事業ご紹介の際、「4つの班に分かれ…」とご紹介いたしましたが「5つ」の誤りでした。訂正してお詫びいたします。

2015年度の研修会予定

①カウンセリングスキルアップ研修

応答トレーニング編	第1回	4月2日
	第2回	5月7日
	第3回	6月4日
	第4回	7月2日
	第5回	8月6日
	第6回	9月3日

(各回第1木曜19:00~21:00の開催です。)

ロールプレイ編	第1回	4月28日
	第2回	5月26日
	第3回	6月23日
	第4回	7月28日
	第5回	8月25日
	第6回	9月29日

(各回火曜19:00~21:00の開催です。)

②こころと脳の臨床研究会

第1回	6月7日	神経心理学概論
第2回	7月5日	神経心理学検査法概説
第3回	8月9日	知能検査 (WAIS-III)
第4回	9月6日	記憶検査 (WMS-R)
第5回	10月4日	記憶検査 (リバーモード)
第6回	11月8日	注意検査 (CAT-CASなど)
第7回	12月6日	前頭葉検査 (BADs、WCSTなど)
第8回	1月10日	まとめ

(各回日曜11:30~14:30の開催です ※第1回・第2回・第8回は13:30終了)

ご参加に関してのお問合せは事務局までよろしくお願いたします。

他にも様々な研修会を企画中です！

研修会の情報はホームページでもご覧いただけます。(http://www.msak.jp/kenshu.html)

研修レポート その2

「脳はどこまで心を解き明かせるのか？(こころと脳の臨床研究会特別編)」は、東海大学教授 宮森孝史先生を講師にお招きし、9月13日に開講されました。

研修会は「心を脳の視点から読む」というテーマで2時間行われました。脳の構造と機能といった基礎的な講義から、精神医学の位置づけ、精神疾患と脳科学との関係、種族としての「ヒト」の歴史と絡めた脳の機能分化のお話など、とても興味深い内容でした。当日の参加者は臨床心理士の他に言語聴覚士、介護福祉士、教諭の方が多く参加し、心理学領域を超えて心と脳の関係に対する関心の高さがうかがえました。

