

令和元年度心の問題と成長支援ワークショップカリキュラム

日程	形式	プログラム名	目的	内容	
-	-	事前学習	・メンタルヘルスの基礎知識、学生相談の目的・役割、危機対応について基本的な理解を習得し、ワークショップの効果を高める。	・発達障害・精神障害についての基礎知識 ・学生相談についての基礎知識	
1 日 目	講義・演習	① イントロダクション 〔20分〕	・現代の学生の心理的特徴、学生相談の目的・役割について基本的な理解を得るとともに、本ワークショップの動機付けを高める。	・現代の大学等をとりまく状況と学生の心理的特徴 ・高等教育における学生相談の目的と役割 ・学生生活を理解する視点	
	講義	② メンタルヘルスの基礎知識 (精神疾患と発達障害) 〔70分〕	・学生期によく見られる精神疾患、発達障害等について、基礎的な知見と対応時の留意点などを理解し、学生や若者が陥りやすい生活習慣やストレス対処力等が契機となるメンタルヘルス不調についても理解する。	・青年期にみられる代表的な精神疾患 ・高頻度に生じる学生のメンタルヘルス不調・不適切な生活習慣やストレス対処力の未熟さ等との関連性 ・学内における支援体制・職種間及び外部医療機関との連携	
	演習	③ アイスブレイク (グループワーク) 〔20分〕	・各班に分かれ、メンタルヘルスの基礎知識(講義)に関する感想や所属校における学生相談・相談体制における課題を共有する。	・各班のメンバーとの情報共有	
	昼食休憩 〔60分〕				
	講義・演習	④ 学生の成長を促す 相談の乗り方 〔休憩含め160分〕	・学生から相談を受ける際の心構えを理解するとともに、カウンセリング・スキルの基礎演習を通して、学生対応の基本スキルを習得する。また発達に偏りのある学生の相談に乗るときの留意点について理解する。	・自己決定を促すカウンセリング ・支援のための方法論(傾聴実習) ・支援のための実習(障害の疑似体験) ・発達に偏りのある学生への支援の留意点	
	休憩 〔15分〕				
講義	⑤ 学生相談体制の 理解と関係者との連携 〔90分〕	・支援のための様々な資源について理解する。また、関係者との連携の重要性・必要性を理解する。 ・保護者を含むすべての関係者と連携・協力しながら支援を実施する方法・ポイントを理解する。	・学生相談の3階層モデル ・各階層における支援のあり方 ・自校の学生相談体制の理解 ・学外資源についての理解 ・連携の重要性・必要性		
2 日 目	講義・演習	⑥ ハラスメントへの対応 〔80分〕	・ハラスメントについて基礎的な知識・留意点を学ぶ。	・ハラスメント問題とは ・相談の受け方の留意点 ・体制・システム作りとハラスメント予防のための活動の実際	
	休憩 〔15分〕				
	講義・演習	⑦ 危機対応(自殺等) 〔115分〕	・自殺等の困難案件について基礎的な知識・留意点を学ぶ。 ・支援が必要な学生に対して、学内外の資源をいかした連携のシミュレーションをロールプレイを交えて試行する。	・日本の自殺をめぐる状況 ・自殺と精神疾患 ・大学における自殺予防対策とポストベンション ・模擬事例(自死の可能性が高い学生)を用いたロールプレイの演習	
	昼食休憩 〔60分〕				
	演習	⑧ 未来志向の学生支援 (学生、教職員が元気になれる 企画・立案・演習) 〔休憩含め150分〕	・学生も教職員も元気になれるような取組について、グループ討議を通して、多様な意見を取り込み企画・立案するプロセスを学ぶ。また、ポスターセッションを行なうことで意見交換を行なう。	・テーマについて自由に全員参加型のブレインストーミング ・多様な意見を取り入れた、企画・立案 ・ポスターセッションを通して、各グループと意見交換。 ・グループ内で、気づきのリフレクション	
振り返り・質疑	⑨ 質疑応答と振り返り 〔35分〕	・参加者から提出のあった質問用紙に対して回答をすることで、解決策等を参加者全員で情報共有する。 ・2日間のプログラムを通しての理解の確認と、研修後、具体的にどのようなアクションを起こしていったらよいか、ヒントを得る。	・質問用紙への回答 ・振り返りシートへの記入		

1日目は、受付を9時30分より開始し、ワークショップは9時50分～17時15分を予定しています。
2日目は、受付を9時00分より開始し、ワークショップは9時20分～16時55分を予定しています。