

【更生保護応用講座】

開催時間 午前/10時～12時 午後/1時30分～3時30分

		テーマ/講師
第1講	2月1日(月) 午前	認知行動療法を学ぼう 洗足ストレスコーピング・サポートオフィス所長
第2講	2月1日(月) 午後	千葉大学大学院医学研究院 子どものこころの発達研究センター特任准教授 臨床心理士・精神保健福祉士・博士(社会学) 伊藤 絵美
第3講	2月10日(水) 午前	対人関係の悩みを解消し元気になろう ～ソーシャル・スキルズ・トレーニング～
第4講	2月10日(水) 午後	一般社団法人SST普及協会認定講師 保護司 品田 秀樹
第5講	2月16日(火) 午前	親業訓練について
第6講	2月16日(火) 午後	親業訓練協会シニアインストラクター 山崎 さち子
第7講	2月24日(水) 午前	解決志向アプローチの技法
第8講	2月24日(水) 午後	原宿カウンセリングセンター主任 臨床心理士 田中 ひな子
第9講	2月29日(月) 午前	「立ち直り」の心を支えあい続ける少年院経験者たちに学ぶ 元少年院教官 林 和治
第10講	2月29日(月) 午後	振り返り 日本更生保護協会次長 上杉 守

認知行動療法とは、私たちのものの考え方や受け取り方(認知)に働きかけて、気持ちを楽にしたり、行動をコントロールしたりする方法です。
考え方のバランスを取って、ストレスと上手につきあうための技術を学びましょう。

SSTを用いて対人的な悩みへの自己対処能力を高めていきましょう。
グループワークをとおして希望を持って生きるコツを学びます。
今回は、対人状況を視覚的に把握できるコインマップも体験します。

お互いの理解と信頼を築く親業訓練の3つの柱(①聞く②話す③対立を解く)方法を理解し、親業訓練がどのようなものか体験しながら学びましょう。

解決志向アプローチの技法とは、何か問題が起きたときに、問題やその原因を探るのではなく、問題なく過ごせた時である「例外」を探し、解決を図るアプローチです。
考え方や実際の面接の進め方等を体験し学びましょう。

「少年院経験者(元在院者)」から「後輩」への応援メッセージ集『陽はまた昇る』(セカンドチャンス!)を手掛かりに、「立ち直り」について考えてみましょう。

皆さんで、講座を振り返り、また、平素の保護司活動の中で疑問に思うことなどについて話し合います。