

沖縄国際大学 学外講座 受講者募集

【テーマ】

うつにもいろいろありまして…

学校・職場のメンタルヘルスと自殺予防

【講座概要】

働き方改革、SDGs、コロナ…職場環境の改善は必須だと、誰もがわかっています。また近年は“うつ”の現れ方も多様でそれぞれの場合に応じて適切な対応が求められます。でも…多様な“うつ”の予防や自傷行為への対応、「死にたい」と言われたときにすべきこととすべきでないこと…とっさにはわからないですよね。そもそも、自分自身が苦しい状況になってしまった時どうしたらいいのでしょうか…？この講座では、職場・学校で使えるメンタルヘルスケアのコツを心理臨床の立場から解説し、実際に起こりうる問題への対処についても具体的にお伝えします。

日時

令和6年1月26日(金) 19:00~21:00

対象

中城村在住もしくは在勤者

期間:令和5年12月11日(月)~12月28日(木)

料金

無料

申込み

方法:電話もしくはQRコードの読み取り

定員

30名(先着順)

場所

吉の浦会館 中会議室

【講師紹介】片本 恵利 氏

大阪府出身、臨床心理士。
卒業研究のテーマに沖縄文化を選びユタヌヤーで取材。大学院在学中は病院や相談機関の心理士をしながら沖縄と関西を行ったり来たりし、沖縄に移住。

スクールカウンセラーを経て沖縄国際大学に任用され、現在同大学総合文化学部人間福祉学科教授。

趣味は三線(古典の方です。20年選手です！)、家庭では思春期の子供への対応に悩む新米ママです。

「自分も周りの人も、ちょっとだけ力が抜けて笑顔になれるには？」ということについて、ちょっと一緒に考えてみませんか…？(ムズカシイこと抜き！どうぞお気軽においでください。)

【主催・お問い合わせ先】社会福祉法人 中城村社会福祉協議会

TEL:098-895-4081(担当:野村)

【共催】沖縄国際大学



この講座には、赤い羽根共同募金配分金が活用されています。

