

自宅でできる！



不安な気持ちと上手につきあう方法を学ぼう！

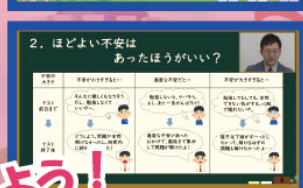
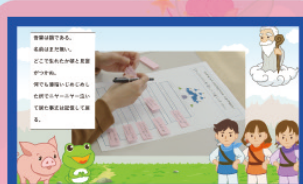


学習を進めて
9つのステージを
クリアしよう！



ステージごとに
動画で学習しよう！

レベルを上げて
アイテムや仲間を集めよう！



- 千葉大学で開発され、
全国100以上の学校で実践されている
こころの健康づくりプログラムです。

- 自宅でeラーニングプログラムを受け、
全3回のアンケートに答える研究に
参加してくれる方を募集しています！

- 普段は学校でしか受けられないプログラムを
今なら受講することができます！

小学5・6年生
研究参加者募集
参加費：無料

参加者には500円分の
図書カードプレゼント！

応募方法は裏面をご覧ください

◆「勇者の旅」プログラムとは？

「勇者の旅」は千葉大学子どものこころの発達教育研究センターで開発された、認知行動療法(※)に基づく学習プログラムです。プーちゃん、ケロくんといった旅の仲間と一緒に不安と上手につき合うための知識や方法をゲーム感覚で楽しく学んでいきます。

新たに開発されたeラーニング版でプログラムを受講し、アンケートに協力して下さる参加者(小学5・6年生とその保護者)を募集します。

※認知行動療法は、認知(考え)と行動のパターンを見直すことで感情の問題の解消を目指す心理療法で、不安障害やうつ病などのこころの病気に効果があることが知られており、近年は予防教育にも活用されています。



詳しくはホームページ
もご覧ください。

勇者の旅

検索

◆ 募集条件

「勇者の旅」は不安の問題へ対処するための、認知行動療法に関する知識や方法を学ぶ学習用のプログラムであり、既に
なんらかの不安の問題を抱えているお子様の治療や、個別の問題解決には適していません。

以下の募集条件をご確認の上、研究への参加を希望される場合は専用フォームよりご応募ください。

【受講者(子ども)に関する応募要件】

- ・通常学級に在籍する小学5～6年生
- ・通常学級の授業に出席している
(特別支援学級で授業を受けたり、不登校や保健室登校でない)
- ・精神疾患の診断を受けていない(発達障害を含む)
- ・精神科や心療内科等に通院していない
- ・全3回のアンケートに回答できる
(プログラム受講前・受講後・受講3ヶ月後)

【保護者に関する応募要件】

- ・全3回のアンケートに毎回(同一の保護者が)回答できる
 - ・プログラム受講に必要な端末、及びインターネット回線を用意できる
- ※詳細は下記の「eラーニング受講環境について」をご確認ください。

【募集期間】

- ・令和4年8月1日～9月30日
※募集は定員に達し次第受け付けを終了します

【研究参加期間】

- ・受講開始から約5ヶ月間(プログラム受講は9～10週間)

【募集定員】

- ・50組(100名)

【参加費/謝礼】

- ・参加費無料
- ・全てのアンケートにご回答いただいた参加家族には、受講者(子ども)宛てに図書カード(500円分)をお送りします。

◆ お申し込み方法

右のQRコードより研究の詳細と同意事項を必ずご確認くださいの上、WEBフォームからお申し込みください。(https://www.cocoro.chiba-u.jp/yuusha/e-learning2.html)



◆ eラーニング受講環境について

eラーニング受講には、パソコンやタブレット、またはスマートフォンなどインターネットに接続可能な端末が必要となります。学習は、動画を見ながら専用のワークブックに鉛筆やペンで書き込みをする形式で進んでいきますが、一部のワークは画面上で出題され、画面操作やテキスト入力も必要とします。また、保護者の方のメールアドレスの登録が必要となります。

※eラーニングおよびワークブックは無料で提供されますが、必要な端末やインターネット回線使用料は参加者様のご負担となります。



【インターネット接続端末推奨環境】

- パソコンの場合
【Windows PC】Microsoft Edge、Google Chrome
【Mac PC】Safari、Google Chrome
【Chrome PC】Google Chrome
- スマートフォン等の場合
【Android】Google Chrome
【iPhone/iPad】Google Chromeによる「PC版サイト」での閲覧
※「スマートフォン版サイト」での閲覧では正しく動作しません。
- その他、1 Mbps 以上のインターネット接続



千葉大学

子どものこころの発達教育研究センター

「勇者の旅」プロジェクト事務局

〒260-8670

千葉市中央区亥鼻1-8-1

電話：043-226-2975

Fax：043-226-8588

メールアドレス：yuushanotabi@chiba-u.jp