

「勇者の旅」指導者養成 **オンライン** 研修会 (6時間ワークショップ)

# 不安への対処力を養う 認知行動療法の授業実践

小学校高学年～中学生向けの、10回の授業で行う予防教育プログラムです



日程: 令和2年12月26日(土)

時間: 9:30-16:30 (9:00~9:20の間にZoom会議室へ入室)

会場: ご自宅または職場

※ZoomをインストールしたPCやタブレット端末からご参加いただけます。

講師: 浦尾悠子 (千葉大学子どもこころの発達教育研究センター 特任講師)  
小柴孝子 (千葉大学子どもこころの発達教育研究センター 特任研究員)

参加費  
無料

◆ 内容: ミニ講義 (認知行動療法とは / 「勇者の旅」プログラムとは)、模擬授業の動画視聴、授業のポイント解説、グループディスカッション、同意事項説明、質疑応答、誓約書提出&修了証授与(後日)

◆ 対象: 小中学校の教諭、養護教諭、スクールカウンセラーなどの専門資格をもち、学校現場で子どもこころの教育に携わっている方 (学級活動、総合的な学習の時間、道徳等の時間に実施をご検討いただける先生であれば、お申込みいただけます。)

◆ 定員: 50名 (事前申込制です。)

◆ 申し込み方法: 「勇者の旅」ホームページより

[https://www.cocoro.chiba-u.jp/yousha/contact\\_ws/index.html](https://www.cocoro.chiba-u.jp/yousha/contact_ws/index.html)

◆ **申し込み締め切り: 12月10日(木)**

## ワークショップ参加の流れ

応募

- ・参加申し込み
- ・抽選結果のお知らせ
- ・Zoomの事前登録

事前準備

- ・Zoomの招待状受け取り
- ・必要書類の受け取り (郵送)
- ・Zoom会議室への接続確認

WS当日

- ・Zoom会議室へ入室

受講後

- ・誓約書・感想シートの提出
- ・修了証の受け取り



お申し込み

※本研修参加により、「勇者の旅」プログラムの指導者資格が得られます。

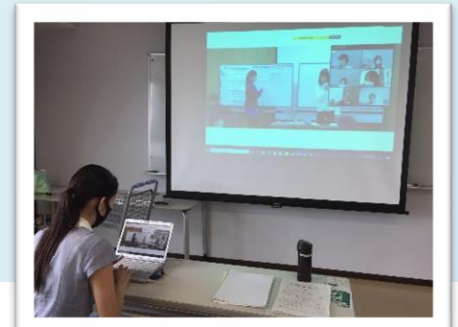
## ◆ 本研修会の目的

子どもたちは様々な不安の問題を抱えており、それが学校生活での不適応（問題行動・不登校等）や 学業成績の不振につながる場合も多くあります。その解決法として、不安の感情をコントロールする目的で、考え方（認知）や行動のパターンを見直す認知行動療法が、医療機関で実施されています。

また近年、学校現場において、学級集団を対象に認知行動療法に基づく指導を行うことで、子どもたちの不安の点数を低減することが実証できています。本ワークショップは、小学校5～6年生から中学校の児童生徒向けに、学校で行う認知行動療法の授業を実践できるようになるための研修会です。

## ◆ 「勇者の旅」プログラムに関してご理解いただきたいこと

- ① 「勇者の旅」は、小中学校の通常学級にて授業実践するためのプログラムです。  
⇒教諭・養護教諭等が、ワークブックと指導案に基づき授業展開するプログラムです。
- ② 学級集団を対象にするプログラムです。  
⇒プログラムの対象は学級集団であり、個別指導や個別相談のためのプログラムではありません。
- ③ 予防を目的としたプログラムです。  
⇒メンタルヘルスにまつわる問題の「予防」を目的としています。  
(すでに生じている問題の「改善」「治療」プログラムではありません。)
- ④ 指導者養成研修会の受講が義務づけられています。  
⇒研修会を受講した先生のみ授業を実践していただけます。



オンライン研修会の様子

## ◆ 研修会お申込みにあたっての留意事項

- ・今年度または次年度に授業実践予定の先生方は、優先的に本研修会をご受講いただくことができます。
- ・お申し込みが定員を超えた場合、抽選とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。
- ・抽選の結果等につきましては、12/17(木)までに、メール(yuushanotabi@chiba-u.jp)にてご連絡いたしますので、メールの受信設定をあらかじめご確認ください。
- ・ご受講いただくにあたり、①安定したWi-Fi環境と、②ZoomアプリをインストールしたPCまたはタブレット端末(ウェブカメラ、マイク、スピーカー付)を事前にご準備くださいますよう、お願いいたします。(スマートフォンでの受講は、通信が途絶える等、受講に支障がある場合がございますので、お薦めできません。)
- ・受講生同士が同じ部屋におられますと、ハウリングを起こすことがありますので、当日は別々の(周りが静かな)お部屋からご参加くださいますよう、重ねてお願いいたします。