

「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～中高生向けの、10回の授業で行う予防教育プログラムです

日程: 2024年 4月 29日 (月)

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

**※本研修会は、PCやタブレットからご参加いただくオンライン (Zoom) 研修会です。**



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

◆ 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: 小中高等学校の教諭、養護教諭、スクールカウンセラーなどの専門資格をもち、学校現場で子どもの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、保健、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。)

**管理職の先生方も是非ご参加ください!**

◆ 参加費: 1,000円 (※)

※令和6年度の実践校にご所属の先生方は、参加費が無料となります。ただし、お申込み方法やお申込み期日が異なりますので、学校長または教育委員会担当者にご確認のうえ、別途 (メールにて) お申込みください。

◆ お申込方法: 裏面の留意事項等にお目通しのうえ、**4月10日 (水) までに、「勇者の旅」ホームページよりお申し込みください**

<https://www.cocoro.chiba-u.jp/yuusha/contact/application.html>

## 参加の流れ (個人申し込みの場合)

応募

- 参加申込み (4/10まで)
- 受講決定通知受取 (4/12まで)
- 参加費振込み (4/16まで)

事前準備

- Zoom案内メール (4/23まで)
- 研修会資料受取 (4/26まで)

WS当日

- Zoomへ入室して受講
- 誓約書と感想の提出

受講後

- 修了証の受取 (5月中)



「勇者の旅」ホームページ  
お申込みフォーム

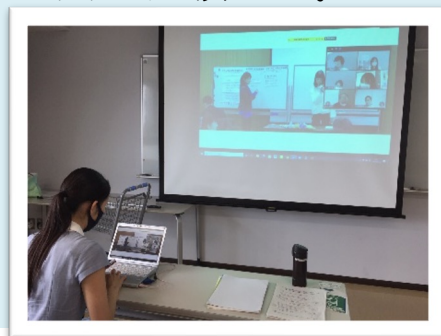
## ◆ 本研修会の目的

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年生から中高生の児童生徒向けに、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」プログラムについて事前にご理解いただきたいこと

- ① 「勇者の旅」は、小中高等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 学級集団を対象としたプログラムです。  
⇒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 事前の指導者養成研修会受講が義務づけられています。  
⇒本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

## ◆ お申込み・ご参加にあたっての留意事項

- お申込み多数の場合、受講決定通知送付の段階で参加をお断わりする場合がございますので、あらかじめご了承ください。
- 受講決定通知が届いた方は、参加費（資料代）1,000円を、4月16日（火）までに、指定口座へお振込みください（お振込先は、受講決定通知メールにてお知らせいたします）。お振込の確認ができた方には、4月23日（火）までに、Zoom URLを含むご案内メールを送付いたします。
- 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。（スマートフォンでは通信が途絶える等、受講に支障が出る場合がありますので、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。