

こころの調子を くずした友人を 助けるうえで 知っておきたい 4つのこと



～友人がこころの調子をくずしたとき、
上手にサポートできるようコツをまなぼう！～

1

こころの調子が
崩れるって
どうのこと？

13:00～13:50

2

こころの調子を
崩した人が
困ることってなに？

14:00～14:50

3

どう声をかけ、
どう接したらいい？

15:00～15:50

4

自分たちで解決
できないときは、
どうしよう？

16:00～16:50

この講座では、
左の①～④のギモンをまなびます

■日時：12月18日（土）
受付開始 12:30 公演開始 13:00

■会場：
山形大学 小白川キャンパス
基盤教育棟1号館1階111教室

■講師：河合輝久
（山形大学 地域教育文化学部
文化創生コース 担当）

■定員：40名（先着順）

■対象：高校生

■参加費：無料

■参加方法：
下記URLもしくは右
のQRコードから、必
要事項をご記入の
上、お申し込み願
いいたします。

<https://sites.google.com/e.yamagata-u.ac.jp/cwb/20211218>

申込締切
2021年12月16日



お問い合わせ
山形大学 健康と学びのサポートセンター
tel 023-628-4917
mail yu-cwb@jm.kj.yamagata-u.ac.jp

本講座の内容

この講座では、下の①～④について、講師から解説したり、参加者同士で演習をしたりしながら、こころの調子をくずした友人の助け方についてまなびます。

①13:00～13:50 こころの調子がくずれる状態を知る

こころの調子がくずれるとはどのような状態か、そうなると何が困るのかなどをまなびます。

②14:00～14:50 こころの調子がくずれている人が友人に求めることを知る

こころの調子をくずした人の立場から、周りに助けを求めることの難しさや周りに何を必要としているかなどをまなびます。

③15:00～15:50 こころの調子がくずれている友人の助け方を知る

こころの調子をくずした友人にどう接するといいかについて、まなび、参加者同士で練習したりします。

④16:00～16:50 自分たちで解決できないときの対応を知る

こころの調子をくずした友人を助けるうえで、知っておきたい役立つ人や場所などをまなびます。

※①の冒頭と④終了後にアンケートにご協力いただきます。終了予定時刻は17:00頃です。

※新型コロナウイルス感染対策のため、受付時に、当日朝の体温と体調について申告していただきます。また、手指消毒、マスク着用のうえ、ご参加ください。当日朝の体温が37.5度以上、発熱やせき等の症状が見られる場合には、参加をご遠慮いただくことがあります。

■参加方法：

下記URLもしくは右のQRコードから、必要事項をご記入の上、お申し込みお願いいたします。

<https://www.ocans.jp/yamagata-u?fid=11CXxCbj>



会場案内図

