

# メンタルヘルスケア講演会

对学生  
メンタルヘルスケア  
編

5.15 (月)

16:45 - 18:15

对教職員  
メンタルヘルスケア  
編

6.26 (月)

15:30 - 17:00

北海道大学情報教育館3階 スタジオ型多目的中講義室



部下にとっての上司，学生にとっての教員という存在は、心強いサポーターになり得る重要な存在ですが、時に心身の不調の要因にもなってしまいます。メンタルヘルスに関する正しい知識やスキルを身につけることで、職場や研究室の関係者にとって心強いサポーターとなりましょう。本講演会は①对学生メンタルヘルスケア編と②对教職員メンタルヘルスケア編で内容を分けて開催し、メンタルヘルスにおける予防やケアに役立つポジティブなコミュニケーションスキル、不調のサインと適切なストレス対処方法などを学びます。

講師：齋藤 暢一朗 先生

北海道大学保健センター講師 / 博士 (心理学) / 臨床心理士

精神科病院においてメンタルヘルス不調者へのカウンセリング及び復職支援の経験を有する。

その他に教育現場、福祉現場、民間機関で臨床経験を積み、現在は北海道大学保健センターにおいて学生に対するメンタルヘルスケアに携わっている。

専門はトラウマケアとひきこもり支援。

お問い合わせ・お申し込み

URL <https://ctl.high.hokudai.ac.jp>

☎ 011-706-7472



北海道大学  
高等教育研修センター