

研修名	災害・事故時のこころのケア対策事業 専門研修（技術取得研修） 被災後のこころのケア 理解と対応 ートラウマ対応と悲嘆についてー
講師	久留米大学医学部 神経精神医学講座 講師 おおえ みさり 大江 美佐里 先生（精神科医）
開催日時	平成 30 年 10 月 26 日（金）18:30 ～ 21:00
開催場所	北九州市総合保健福祉センター2階 講堂
参加者数	47 名（医師、看護師、臨床心理士、保健師、相談員、支援員など）
研修の内容等	<p>災害・事故後の支援活動に必要な「こころのケア」についての理解を深め、相談支援技能を高めることを目的として、実施した。</p>  <p>トラウマや悲嘆の特徴、回復の過程、PTSDと合併する病気、被災後の自治体職員の自殺、朝倉市での活動の取り組み（民生委員等への支援としてストレスケア、声かけの事例）、PFA（サイコロジカル・ファーストエイド）とPMplus（プロブレムマネジメントプラス）（WHO）の比較について様々な観点から講義がありました。</p> <p>また久留米大学の心理教育テキスト 認知行動療法「やわらかこころプログラム」（大江先生監修）を使って、受講者がロールプレイを実施し、幅広い内容で「こころのケア」を学び、有意義な研修となりました。</p>
参加者の声	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的なことから丁寧に教えていただき、災害支援時の姿勢について学びました。 ・先生の経験を踏まえ、様々な観点から講演してくださって、勉強になりました。 ・被災後のこころのケアの話でしたが、普段の地域でのつながり作りなど、災害前からの関わりもとても大切だと感じました。 ・支援者が自分のセルフケアを大切にすることについて、再認識しました。 ・「やわらかこころプログラム」はわかりやすく、対象者に導入しやすいつ感じ、参考になりました。問題解決技法の体験があり、どのように進めていくのかイメージしやすかったです。 ・「やわらかこころプログラム」は、実際の支援に役立てられそうだと思います。ロールプレイで事例の背景を想像すること、解決法のアイデアを可能—不可能に関わらず、たくさん出すことなどの大事さを学びました。 ・知らなかった言葉、事柄を知る機会となり、さらに PMplus のことを学んでみたいと思いました。