

こころは見えない。

けれど、

こころの声を聴くことはできる

# 心の健康アドバイザー 認定講座

「心の健康アドバイザー認定制度」とは、心の健康を守るための専門知識を持ち、傾聴や対話のスキルを用いて悩みや問題を抱える人に寄り添い、ニーズを把握し、必要な情報の収集を通して的確な支援策を提供できる人を育て、認定する制度です。

相談支援の現場で、  
相手のニーズをつかみ  
的確な支援を提供できる。

「心の健康  
アドバイザー」は  
このようなことが  
できる人です

職場や地域、家庭において、  
身近な人のこころの健康を  
守ることができる。

こころの健康を守る活動においては、周囲の身近な人による早期の支援が有効であることが、近年のレジリエンス研究や心理社会的支援の活動によって明らかになっています。傾聴や対話のスキルを活用して身近な人々の心の健康を守ることができる人を育てることは社会全体の健康度を高めることにつながります。

## 日本産業カウンセラー協会の傾聴力育成

日本産業カウンセラー協会は、創設以来60年に亘って職場の心理専門職として産業カウンセラーを輩出してきました。日本で唯一の傾聴力の実践的な育成ノウハウを持つ団体です。傾聴力は日々の業務や日常生活におけるコミュニケーションの活性化や人間関係の向上を実現する力です。

# 心の健康アドバイザー

## 認定講座

講座日

2023年：

10月8日(日)・14日(土)・21日(土)  
11月18日(土)・19日(日)・25日(土)  
12月9日(土)・16日(土)・17日(日)

2024年：

1月14日(日)・21日(日)・28日(日)  
2月4日(日)・11日(日)・18日(日)  
3月16日(土)・20日(木祝)・23日(土)

実施方法

オンラインによる体験学習  
(18時間)

e-Learning方式による知識講習  
(4時間)

申込方法

協会本部webサイトからお申し込み

受講料

60,000円(税込)

## 認定講座のカリキュラム

### 体験学習

18時間(6時間/日×3日)

#### 研修カリキュラム

##### 1日目

#### 傾聴の基本的スキルの理解

##### 目標

日常会話と傾聴の違いを理解し、  
傾聴の基本的態度やスキルを習得する。

##### プログラム

- 1) 講義<傾聴の基本スキルと留意点>
- 2) モデリング(日常会話と傾聴の違い)
- 3) 体験学習<傾聴基本技法の習得①>

##### 2日目

#### 傾聴の基本的スキルの活用

##### 目標

相手の悩みや問題を把握し、心の健康に  
関するニーズや情報を収集できる。

##### プログラム

- 1) 体験学習<傾聴基本技能の習得②>
- 2) モデリング(アセスメント)
- 3) 体験演習<傾聴のロールプレイ①>

##### 3日目

#### 支援的関わりの習得、実技能力確認

##### 目標

心の健康に関する必要なアドバイスや  
情報提供、支援的な関わりができる。

##### プログラム

- 1) 講義<アドバイスの留意点>
- 2) 体験演習<傾聴ロールプレイ②>
- 3) 実技能力の確認セッション

### 知識学習

e-Learning 4時間 ※1カ月の視聴期間

#### プログラム

#### 1章 心の健康アドバイザーとは

- 1) 心の健康アドバイザーの役割と心得
- 2) 心の健康アドバイザーの倫理

#### 2章 心の健康に関する知識の習得

- 1) ストレスの基礎知識
- 2) セルフケアの基礎知識

#### 3章 精神医学の基本

- 1) こころの健康とは
- 2) 主な精神疾患の特徴と対応の留意点

#### 4章 心の健康に関する法的な視点

- 1) 労働者の心の健康の保持増進のための指針
- 2) 精神保健および精神障害者福祉に関する法律

#### 講座修了・認定について

- ・体験学習(3日間)のすべてに参加し、実技能力の確認で合格すること。
- ・知識学習(e-Learning)を期間内に視聴し、確認テストに合格すること。

心の健康アドバイザー認定制度について、  
右記WEBサイトにも詳細を記載しております。  
お申し込みをお待ちしております。



心の健康アドバイザー認定制度  
専用 Web サイトをご覧ください。

<https://www.counselor.or.jp/portals/0/kokoro-advisor>



#### お問合せ先

一般社団法人 JAICO®  
日本産業カウンセラー協会  
事業推進部

〒105-0004 東京都港区新橋 6-17-17 御成門センタービル 6 階  
TEL: 03-3438-4568 (平日 9:00-17:00) FAX: 03-3438-4487  
HP: <https://www.counselor.or.jp>