

教育現場のための

メンタル ヘルス

オンライン

実践研修カタログ



判断に迷う現場で生きる 子ども達と先生の 心の守り方

心の健康の基本を知る
チーム学校の連携
「死にたい」と言われたら
回復できる心の育て方
先生を守る、学校のカスハラ対策

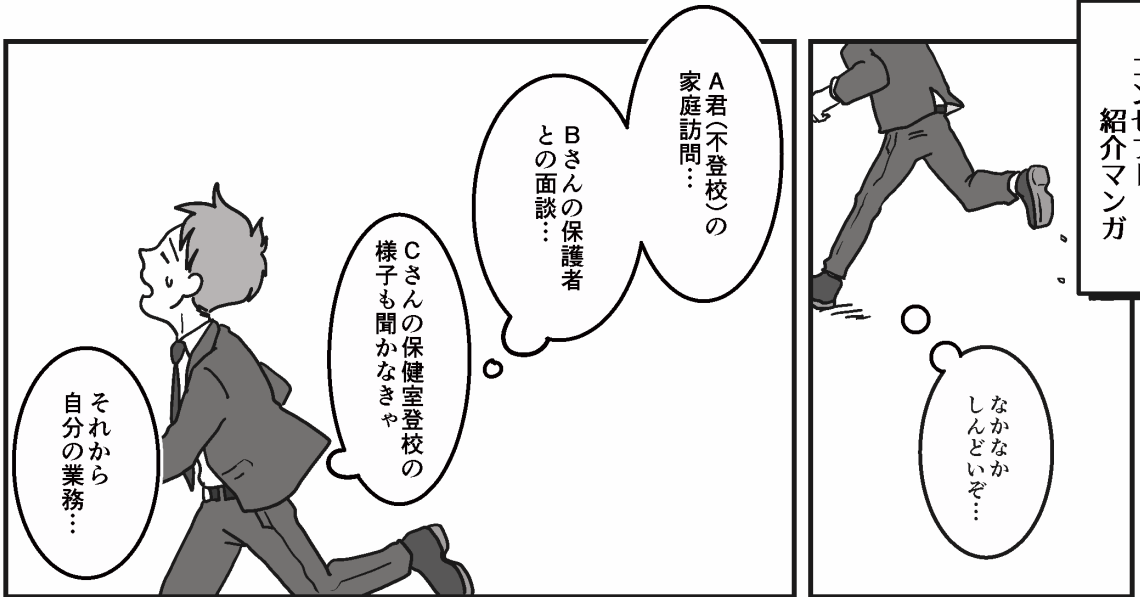
- 学校全体で学べる
- 個人・グループの研鑽にも
- 夏休み中にライブ配信
- いつでも学べるアーカイブ配信

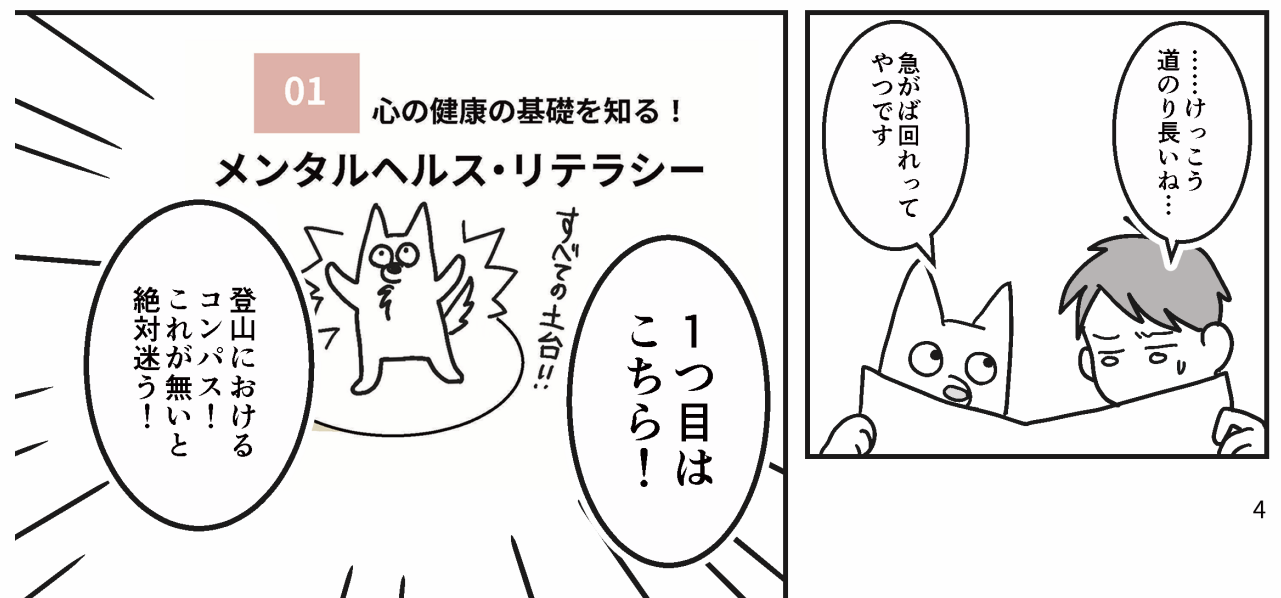
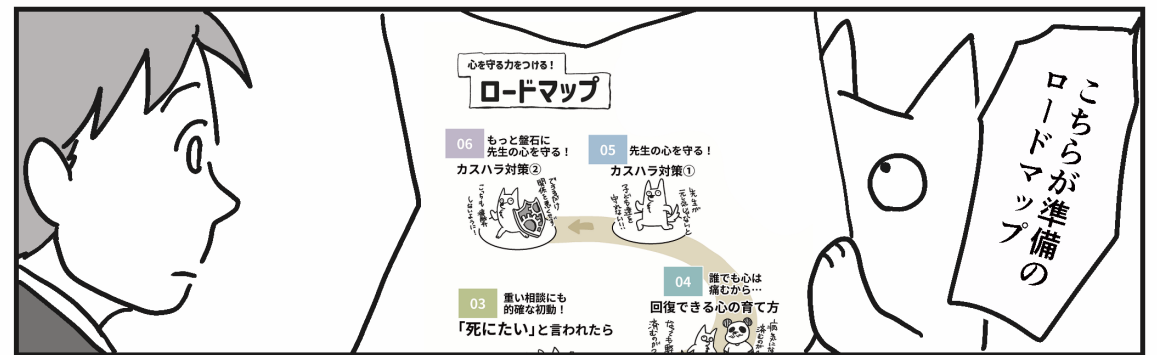
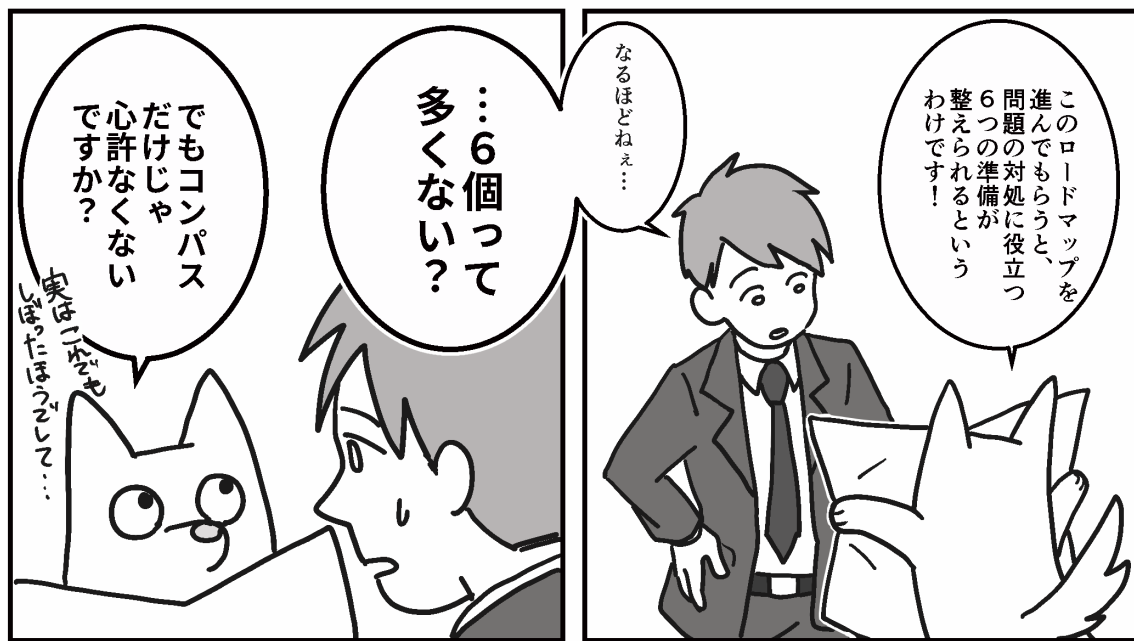
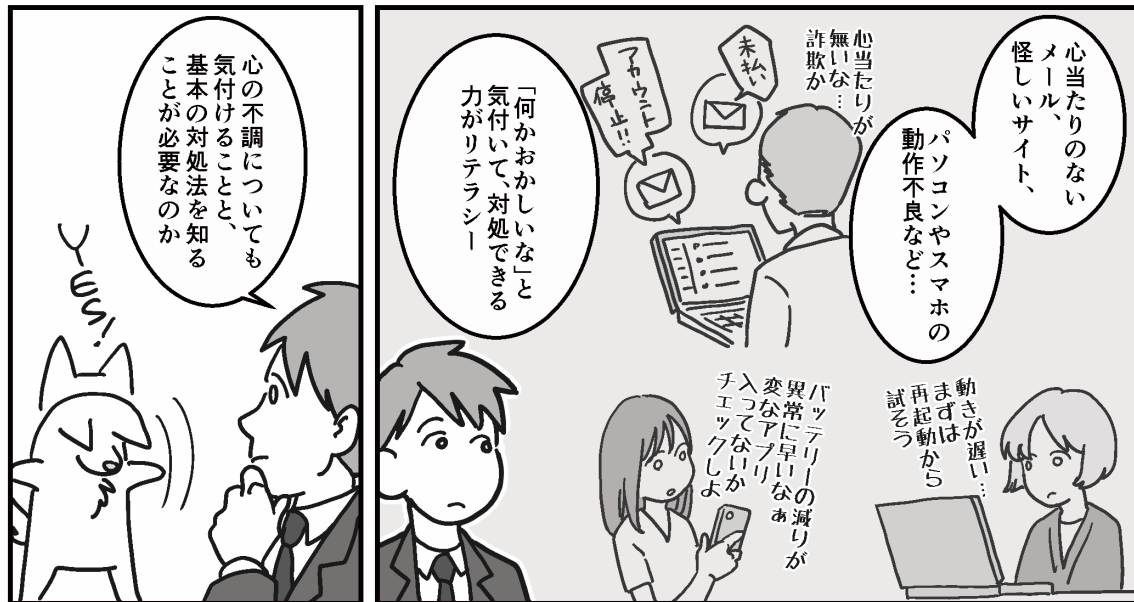
もくじ

コンセプト紹介マンガ…… 3
ロードマップ …………… 7
各研修紹介 …………… 8
参加費一覧・申込ページ …20
ライブ参加のススメ!! ……21
事前質問募集 ……………22
お役立ち関連コンテンツ…23
あとがきマンガ ……………24

カタログを開いてくれてありがとうございます。
我々は和-conne(わこね)といいます。
現役スクールカウンセラー(SC)を中心とした、
メンタルヘルス事業チームです。







心を守る力をつける！

ロードマップ

気になる
テーマから
参加できます

06 もっと盤石に
先生の心を守る！

カスハラ対策②



05 先生の心を守る！

カスハラ対策①



03 重い相談にも
的確な初動！

「死にたい」と言われたら



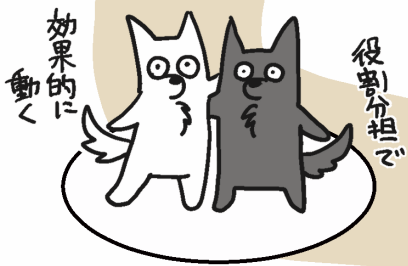
04 誰でも心は
痛むから…

回復できる心の育て方



02 いつ、誰と、
どう支援する？

チーム学校の連携

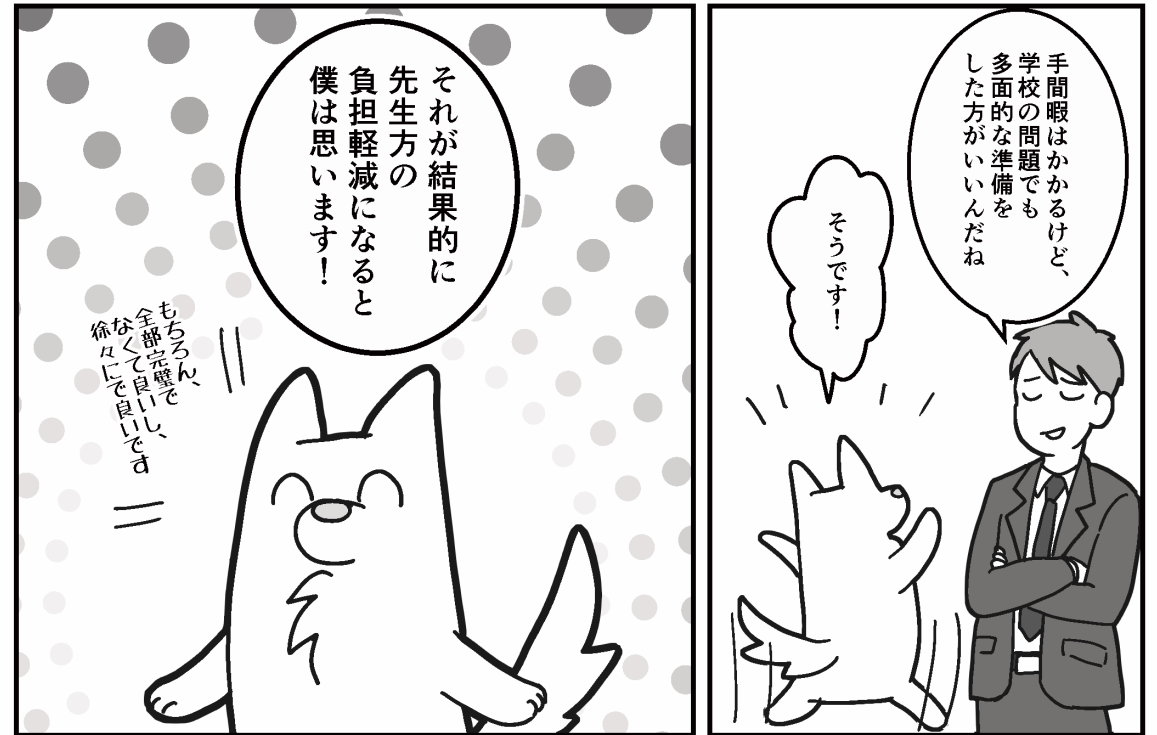


01 心の健康の基礎を知る！

メンタルヘルス・リテラシー



すべての研修に
ライブ配信と
アーカイブ配信が
あります！





メンタルヘルス・リテラシーとは？

①心の健康維持には何をすべきか理解していること

猫: まずはしっかり食べて動いて寝てください

人: 私は元気!

猫: 残業も休日出勤も乗っかって!!

人: 推しなさい

②精神疾患の症状と対処方法を理解していること

猫: 休むだけでは難しいかな...

人: うつを治すのってとにかくストレスフリーにして休むことですよ

猫: それは段階によろとしか...

人: 休職も不登校も

③精神疾患に偏見を持たないこと

猫: 「飲まなごも」の選択肢だとして

人: 精神科の薬ってやめられなんでしょう

猫: もうちょっと知ってから選択しましょうか

人: 飲むのがこわくて

④いつ、どこに助けを求め、相談先で何を求められるかを理解していること

猫: 完璧

人: 話がしたい時は友達

猫: 悩みの整理とか心理学的に改善したいならカウンセリングって感じかなあ

人: 診断や薬は医療機関

こんな先生にオススメ

- 心の問題に対して、経験則で対応してきた
- 心の問題の対応に自信がない
- 心の問題は専門分野というイメージがある

得られること

- 精神疾患の基礎知識
- 知識と実践を結びつけ、疾患の見立てやケアに自信が持てる
- 心の問題に対する無意識のスティグマ(差別、偏見)の緩和

ライブ配信 2026年7月25日(土) 13:00~16:00

アーカイブ配信あり

※本研修は、他の研修にお申込みいただいた方全員に、併せてご視聴いただけます。どのテーマにも共通する、入口講座としてご活用ください。

講師 小川 光江

国際医療福祉大学 成田看護学部 看護学科 助教

専門分野は小児看護学、児童精神看護学、学校保健におけるメンタルヘルス・リテラシー。看護師と養護教諭の資格を持ち、児童精神科と小児科に9年以上の勤務経験がある。2024年のエディテージ・グラント(「研究の意義・社会的インパクト」が重要視される助成プログラム)において、高校生のメンタルヘルス・リテラシーに関する研究で次点賞を受賞。



とっっても網羅的で丁寧な内容！メンタルヘルスの入口の決定版！

主対象

小～高校の教職員や、子どもの支援に関わるすべての方

社会で最も、子どもたちに近い大人として

メンタルヘルス・リテラシー(MHL)とは、心の不調や精神疾患について正しく理解し、偏見なく適切に関わるための知識と態度のことです。

近年、学校現場では発達特性、不安や抑うつ、オーバードーズなど、生徒の課題が多様化・深刻化しています。こうした中で、知識が十分でない且不調の見落としや対応の遅れにつながり、結果として問題が長期化することも少なくありません。

一方で、教職員が基礎的な知識を身につけることで、早期の気づきや適切な医療・外部機関との連携が可能になります。

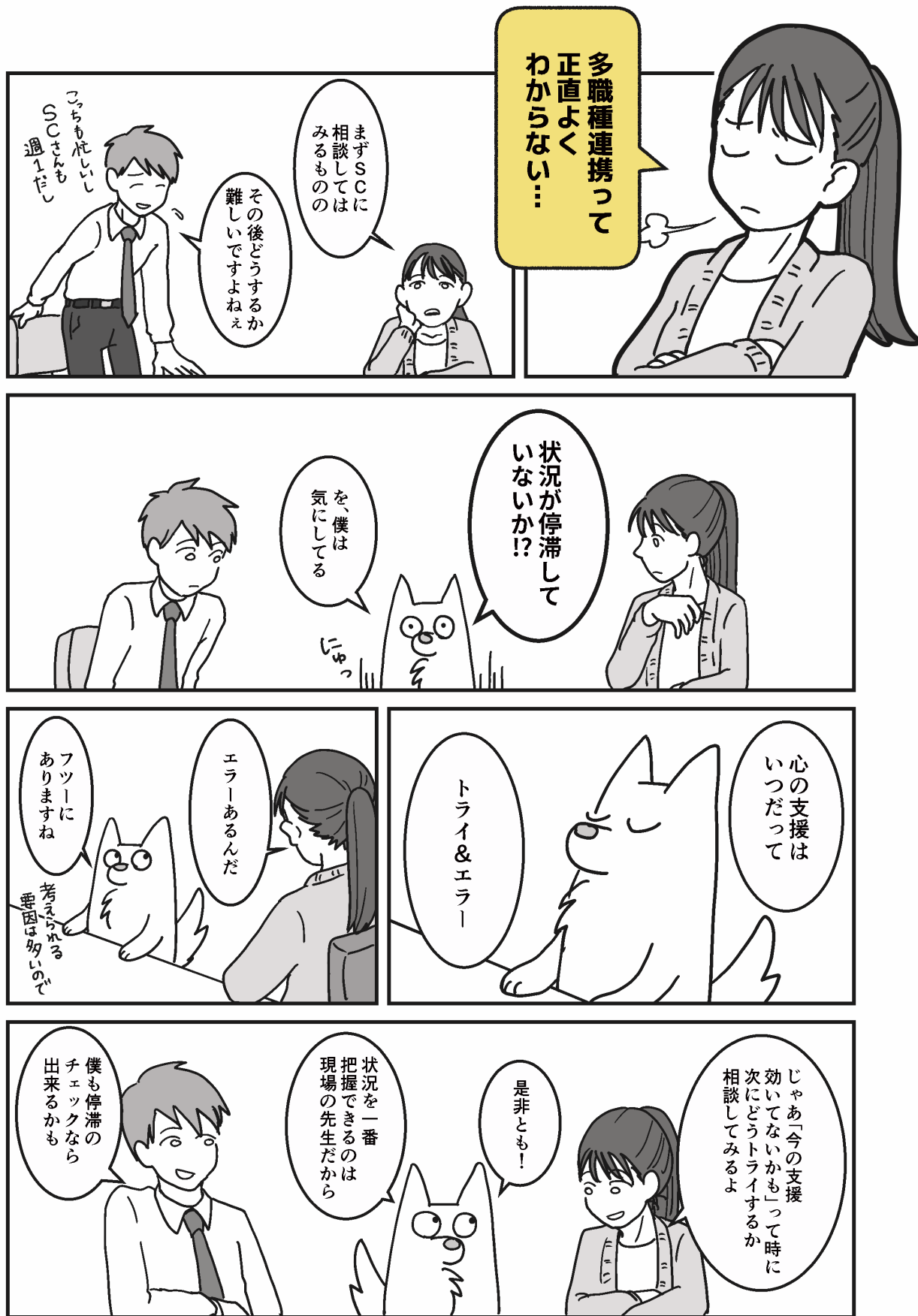
本研修では、最新の知見をもとに、現場で活かせる具体的な対応や連携のポイントを学びます。MHLの向上は、生徒支援だけでなく、教職員自身のメンタルヘルスや働きやすい職場づくりにもつながります。

学校全体で支える力を高める第一歩として、ぜひご活用ください。

アウトライン

- ・子どもの自殺とメンタルヘルス問題
- ・養護教諭とメンタルヘルス・リテラシー
- ・精神保健教育の現状と課題
- ・子どもの精神疾患の基礎知識と対応
- ・地域連携の方法
- ・リテラシーで変わる、問題の見え方(事例紹介)
- ・質疑応答

※内容は変更になる可能性があります。



こんな先生にオススメ

- 学校内外の連携に課題や行き詰まりを感じている
- 連携していても支援の効果に手応えが持てない
- 医療機関との関わり方に迷っている
- 今の連携方法で良いのか心配

得られること

- チーム学校における連携の基本的な考え方・進め方
- 機能するチームを作るポイント
- 連携の進捗を見極める視点
- 連携が停滞したときの立て直し方

ライブ配信 2026年8月10日(月) 13:00~16:00

アーカイブ配信あり

講師 入江 優子

東京学芸大学 こどもの学び困難支援センター 准教授



学校と地域の協働や教育福祉を専門とする教育学研究者。コミュニティ・スクールや多職種連携を通じて、学校内だけでなく、地域全体で子どもを支える仕組みづくりを提唱。著書に『子どもの貧困とチームアプローチ』（編著、朱鷺書房）、『多様な「学ぶ」が生まれる「学校」：こども一人ひとりがいきる包摂のかたち』（編著、学文社）など

主対象

養護教諭、担任、コーディネーター、SC、SSW(スクールソーシャルワーカー) その他、教育現場で働く方や支援者ならどなたでも大歓迎!

「チーム学校」が生きる、具体的な進め方

問題を抱える児童生徒への支援には、学校内外が連携する「チーム学校」としての対応が欠かせません。

しかし現場では、「情報共有が進まない」「外部機関との関わり方が分からない」といった課題も少なくありません。こうした連携の停滞は、支援のタイミングを逃し、事態の深刻化につながるおそれがあります。

本研修では、実際の対応フローに基づく事例をみながら、課題の所在と改善の方向性を具体的に検討します。

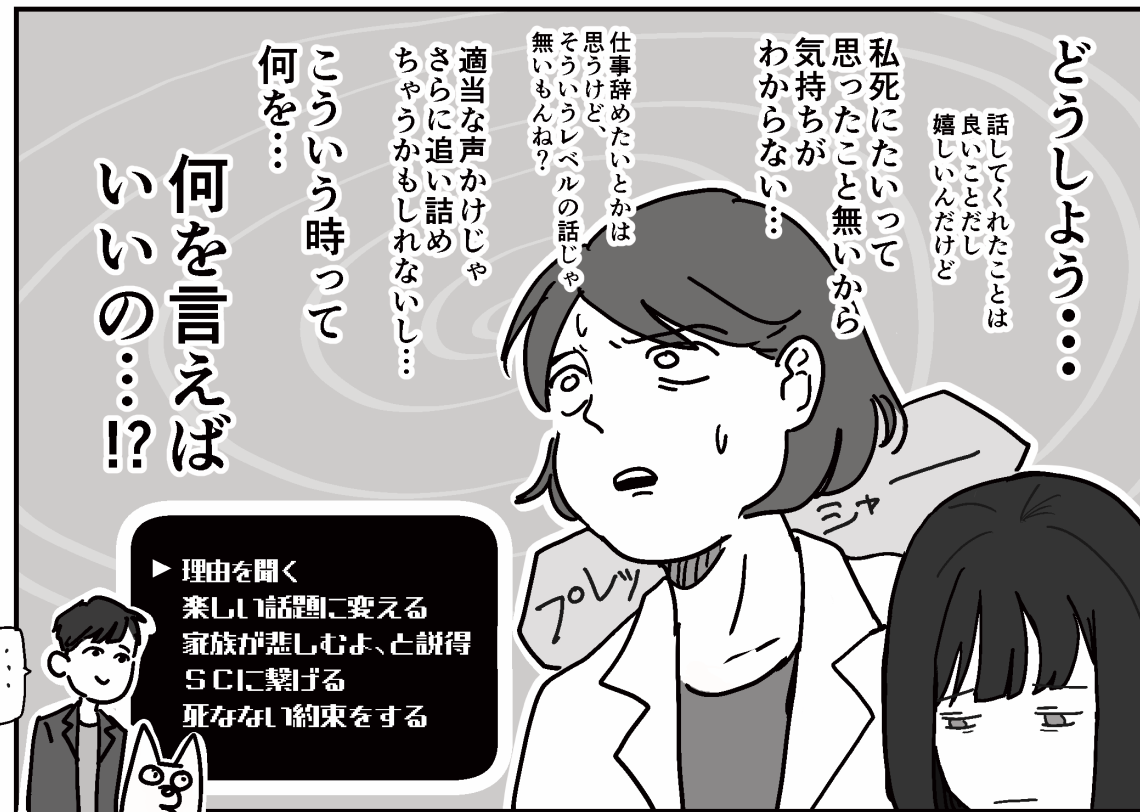
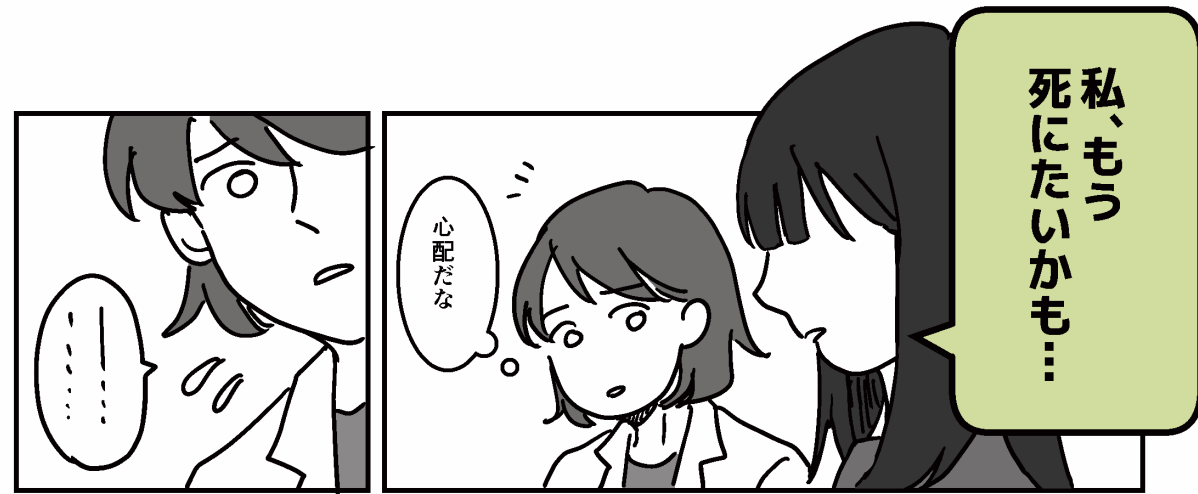
また、連携の要となるコーディネーションの役割や、専門性を活かした協働のポイントを整理します。

連携のどこに課題があるのかを見極め、組織として適切に機能させる視点を身につけることで、日々の実践に活かせる具体的な対応力の向上を目指します。

アウトライン

- ・「チーム学校」の基本構造と専門職の位置づけ
- ・SC・SSWなどの専門性を活かす校内連携の考え方
- ・ミドルリーダーが担う「つなぎ目」とコーディネーション
- ・問題発生時の対応フロー
- ・情報収集・見立て・連携・環境調整の進め方
- ・フローを用いた事例検討
- ・支援が停滞したときの見直し方
- ・SC・SSW・医療機関等につなぐ判断のポイント

※内容は変更になる可能性があります。



こんな先生にオススメ

- 「死にたい」「消えたい」と相談されると焦りを感じる
- 重たい相談に負担や不安感がある

得られること

- 初動対応のポイントがわかる
- 避けたいNG対応がわかる
- 抱え込まない対応ができる

ライブ配信 2026年8月7日(金) 13:00~16:00

当日は講師不在となり、講義動画を中心に進行します。当日の質疑には後日、回答動画としてオンデマンド配信します。(サブ講義は通常通り実施)

アーカイブ配信あり



講師 末木新
和光大学現代人間学部 教授



リアルな支援のヒントがここに！

「自殺学」の先生！

予防だけでなく、自殺そのものを、多角的に研究する「自殺学」の先生！

主対象

養護教諭、担任、部活動顧問
コーディネーター
SC、SSW
教育現場職員・支援者なら
どなたでも大歓迎！

自殺学で紐解く、構造的な支援方法

2024年、小中高生の自死者は529人に達しました。そしてその背景には、自死には至らなくとも、「死にたい」「消えたい」という気持ちを抱えた、膨大な数の子どもたちがいます。

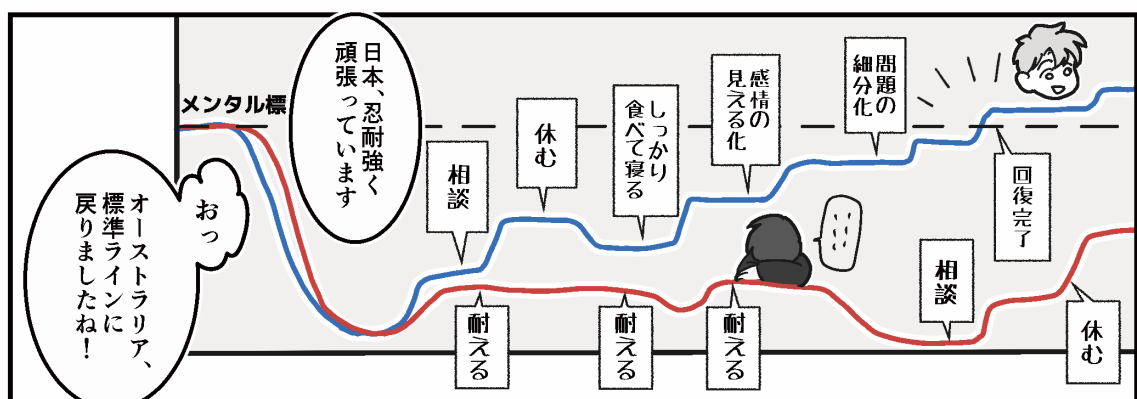
その気持ちを打ち明けられたとき、「助けたい」と感じる一方で、その責任を重く感じることもあるでしょう。「自分の対応ひとつで、相手をさらに追い込んでしまうのではないか」という不安の中、手探りで支援を続けることは、先生方にとっても負担ではないでしょうか。

そこで本研修では、「死にたい」気持ちのメカニズムを知り、「適切な支援」と「避けるべき対応」の指針を得たいと思います。

過度なプレッシャーを和らげ、落ち着いて子どもたちに向き合うための一助となれば幸いです。

アウトライン

- ・ 子ども・若者の自殺の現状
 - ・ 危険因子、子ども・若者の特徴
 - ・ 予防戦略、政策の流れ
 - ・ 教職員が死にたいと言われた時の対応
 - ・ SC視点から見る対応事例
 - ・ 質疑応答
- ※内容は変更になる可能性があります。



こんな先生にオススメ

- 経験則を頼りに対応してきた
- 不調者の対応が多く手が回らない
- 子どもの心の病気について知りたい

得られること

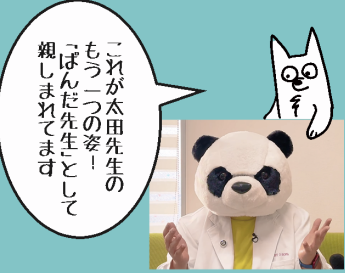
- 子どもの心の不調について学べる
- 子どもの心の発達のことがわかる
- SCへのオーダーが的確になる
- 見立ての力が上がる
- 発達段階を踏まえたアセスメント
- 予防教育の本質がわかる

ライブ配信 2026年8月3日(月) 13:00~16:00
アーカイブ配信あり



講師 太田 滋春

さっぽろカウンセリングスペースこころソファ代表



世界標準の心理療法(CBT)の専門家。(自身もCBTを活用し50kgの減量に成功した実践派！)
スクールカウンセラー歴は17年。教員と共に心の授業を作り上げてきた豊富な経験を持つ。
現在は私設カウンセリングルームを運営する傍ら、YouTube等の活動が目立され、警察などの公的機関をはじめとする研修依頼や、出版依頼なども寄せられている。公認心理師、臨床心理士。

主対象

担任、養護教諭、コーディネーター、SC、SSW
その他、教育現場で働く方や支援者ならどなたでも大歓迎！

事後対応から予防アプローチへ

日本では、症状が悪化してから、つまり「悩みが病気になってから」発見・対応する事後対応が一般的です。

しかし、悪化してからのケアは回復に多くの時間がかかります。それは子どもたちが学びの機会を失うだけでなく、対応する教員やSC、SSWなどのリソースを圧迫するという課題を生んでいます。

メンタルヘルス教育に力を入れている国では、子どものうちから「回復するためのスキル」を教えています。「どうすればストレスを感じずに済むか」という環境調整も大切ですが、**ストレスがかかった時に「どう考え、どう行動するか」を身につけることこそが、予防ではないでしょうか。**

今回は、メンタルヘルスのセルフケアについて精力的に情報発信をされている太田先生と一緒に、予防教育について考えます。

アウトライン

- ・個別の予防
違和感から発見する心の病気
- ・全体の予防
回復力の育て方
心の授業のデモンストレーション
- ・質疑応答

※内容は変更になる可能性があります。

こんな先生にオススメ

- 相手の要求にどこまで対応すべきか判断に迷う
- 相手の話を止められず、対応が長期化してしまう

得られること

- クレームとカスハラの適切な線引き
- 相手の心理を踏まえた実践的な対応スキル
- 個人ではなく、組織としての対処方法

ライブ配信 2026年8月19日(水) 13:00~16:00
 アーカイブ配信あり



心理の視点から!

講師 池内 裕美
 関西大学社会学部 教授

社会学者、社会心理学者。顧客ハラスメントや買占め、溜め込みといった消費者の逸脱した行動を研究テーマとしている。現場のリアルなエピソードと実践的な対応事例が豊富で、業界を問わず講演依頼が絶えない。心理的・社会的背景の視点からカスハラの本質を軽妙かつ鋭く解説する。

くすりや笑えるトークあり! 受講後は少し気持ちが明るくなっているかも

相手に翻弄されず、自分たちのペースを守る

学校は特殊な場所だから、民間の手法は使えない…なんて思っていないですか? 確かに、保護者や地域とは長期的な関係が続くため、ドライに割り切れない難しさがあります。

でも実は、カスハラ対策の本質は、業界を問いません。重要なのは、「カスハラの本質を知り、問題を整理して捉えること」です。

相手が求めているものは何か。なぜ攻撃的なのか。そして、対応すべきクレームとハラスメントの境界線はどこか。これらを冷静に考えることが、柔軟な対応への一歩です。

本研修では、悪質顧客対応のプロである池内先生にご登壇いただきます。ルール通りにいかない時の引き出しを、きつと増やしてくれるはずですよ。

主対象

管理職(校長、副校長、教頭)
 保護者対応が多い教員(担任、学年主任、SCなど)、
 教育現場職員・支援者ならどなたでも大歓迎!

アウトライン

- ・カスハラとは何か
 - ・判断の軸: カスハラと線引き
 - ・苦情の心理とカスハラと背景
 - ・対応の基本原則とコミュニケーション
 - ・タイプ別対応のポイント
 - ・組織で守るという視点
 - ・ワーク
- ※内容は変更になる可能性があります。

こんな先生にオススメ

- 経験則や個人の裁量で対応しており、学校としての指針を共有していない
- 教育活動に専念する時間を作りたい

得られること

- 組織としての対応基盤の作り方
- カスハラを減らし、早期対応できる仕組み作り

ライブ配信 2026年7月29日(水) 13:00~16:00
 アーカイブ配信あり

制度設計の視点から!

講師 内藤 忍
 (独)労働政策研究・研修機構 副主任研究員

労働法が専門。厚生労働省の検討委員としてハラスメント対策指針の策定など、国のルール作りの最前線で活躍。東京都をはじめ、多くの自治体、労働組合におけるカスハラ対策の整備にも携わる。雑誌『教職研修』(2025年7月号)への寄稿など、教育現場に向けた知見提供も行う。



ハラスメント施策に関し、何度も国会参考人を務めた先生。カスハラ対策の始め方をわかりやすく解説してくれます!

主対象

管理職(校長、副校長、教頭)
 保護者対応が多い職員(担任、学年主任、SCなど)
 その他、教育現場で働く方や支援者ならどなたでも大歓迎!

アウトライン

- ・学校と家庭・地域との関係づくり
 - ・都教委ガイドラインから読み解く、学校現場のカスハラ対応
 - ・「社会通念を超える要望等」の見極め
 - ・対応時の基本原則
 - ・管理職・弁護士等との連携
 - ・SCによる対応事例から考える、保護者を安心させる関わり方
 - ・主導権と責任を個人に集中させない、組織的対応のつくり方
 - ・質疑応答
- ※内容は変更になる可能性があります。

2026年10月、カスハラ対策義務化に備えて

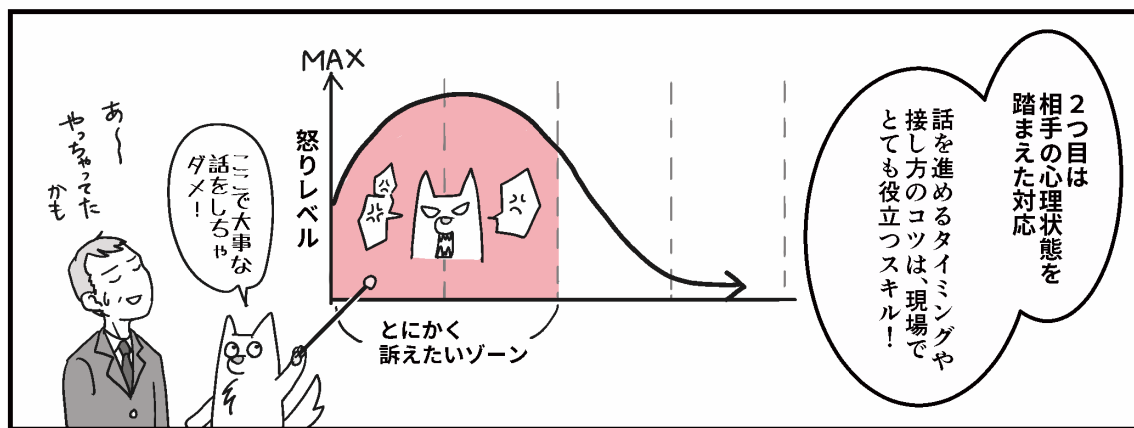
近年、日本では学校における顧客ハラスメント(カスハラ)対策として、各種制度やガイドラインの整備が進められています。その中で特に重視されているのが、「組織として対応する」という視点です。

個人の判断に委ねられると、「〇〇先生はこう言っていた」「管理職に伝えたのに対応が変わらない」といった行き違いが生じやすく、問題解決が停滞する要因となります。

組織的に対応することで、責任の所在が明確になるだけでなく、対応経験が蓄積され、より実効性のある仕組みへと改善していくことが可能になります。

こうした課題は国際的にも共有されており、韓国では近年の動向を踏まえ、学校におけるカスハラへの組織対応が義務化されました。

本研修では、こうした制度の基本を押さえつつ、現場で実際に機能する運用のあり方について、皆さんと共に考えていきます。



ライブ参加のスタート!!



参加費一覧

個人申込

子どもの支援ならコレ
カスハラ対策ならコレ
一番お得!

タイトル	個別	支援セット	守りセット	フルセット
01 メンタルヘルス・リテラシー	全ての参加者にご視聴いただけます			
02 チーム学校の再考	¥5,500	¥13,200		¥19,800
03 「死にたい」と言われたら	¥5,500			
04 回復できる心の育て方	¥5,500			
05 カスハラ対策①	¥5,500		¥9,900	
06 カスハラ対策②	¥5,500			

グループ申込

1グループ3名まで

3名グループで1人あたり7,700円お得!

タイトル	個別	支援セット	守りセット	フルセット
01 メンタルヘルス・リテラシー	全ての参加者にご視聴いただけます			
02 チーム学校の再考	¥9,900	¥23,100		¥36,300
03 「死にたい」と言われたら	¥9,900			
04 回復できる心の育て方	¥9,900			
05 カスハラ対策①	¥9,900		¥19,800	
06 カスハラ対策②	¥9,900			

(すべて税込)

※ライブ配信・アーカイブ配信の両方をご視聴いただけます。
 ※2027年3月までは、アカウント登録不要でご視聴いただけます。
 ※2027年度以降は、和-conneホームページでのアカウント登録(無料)が必要になる予定です。
 視聴期間はお申込み内容によって異なります。
 ※校内研修等でのご利用をご希望の場合は、別途ご相談ください。

詳細・お申込みはこちら



和-conneホームページ
<https://www.waconne.com/>

- ①「わこね 心理」で検索
- ② ホームページメニューの「開催中の研修」をご覧ください

お問合せは事務局まで
info01@waconne.com
 必要に応じて、お電話でも対応いたします。まずはメールにてご連絡ください。

お役立ち 関連コンテンツ

研修内容に関連する書籍や動画の一部をご紹介します。研修テーマへの理解を深めたり、支援体制づくりにご活用ください。



◆ 書籍：「死にたい」と言われたら



末木新先生の著書。「末木先生のお話を直接お聞きしたい」と本研修を依頼する切っ掛けとなった本。専門家でなくてもとても読みやすい。子どもに限定した内容ではないけれど、自死についての理解が深まり、支援にも自分のためにもなる一冊。

◆ YouTube：ぱんだ先生のころめんで



太田滋春先生のYouTubeチャンネル。困りごとの解説だけでなく、質問投稿へのお返事や、知っておくと日常に役立つ心の情報など、ベテラン心理師の知恵をゆるく授けてもらえる。もうこのチャンネルがあるので、和-conneはYouTubeに進出しそうありません。

◆ WEB：かくれてしまえばいいのです



心理的なかくれがをテーマにしたWEB空間。いつでも誰でも無料で出入り自由。心のことが少しわかったり、現実と距離が取れたり、色々なコンテンツが絶妙な空気感で広がっている。子ども達の支援のヒントになるかもしれないし、先生がかくれたっていい。

◆ 書籍：子どもの精神保健テキスト



子どもの精神保健について一通り網羅されている一冊。「公認心理師カリキュラム準拠」とありますが、心理関係者でなくても読みやすい内容です。メンタルヘルス・リテラシーを補うのにオススメ。

◆ 研修動画：子どもの心と体の病気



必須の基礎知識と医療×学校の連携



小児科医の視点から、子どもの心と体の病気の基礎知識や、医療と学校の連携ポイントを解説。とてもわかりやすい説明で、事前知識がなくても安心して視聴できます。子どもの体調不良や不登校の背景に関わる、心身症や不安症、神経発達症などの基本が整理できます。研修情報は和-conneのホームページにて。

◆ 和-conneのまんがページ

心理師の知識を、知識ゼロの漫画家フィルターを通してわかりやすく解説！……という漫画企画を画策中。メンタルヘルスの基本から、日々ちょっと役に立ちそうな小ネタまで、いろいろ描いていく予定です。和-conneのホームページやSNSにて公開しますので、一息つく時にでも覗いてもらえたら嬉しいです。



事前質問 募集！

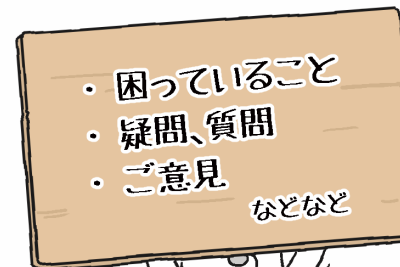
研修前に、皆さまからのお声をお聞かせください。

現場で感じている疑問や困りごとなどをお寄せください。いただいた内容は、研修で取り上げるなど、活用させていただきます。



<https://forms.gle/RU1hSxxXH6fcps9h7>

研修の詳細・申込ページからも投稿フォームにアクセスできます。



ぜひお気軽に投稿をお願いします！

皆さまの声をもとに、より役立つ研修にしたいと思います

何度でもOK

思いついた時に、何度でもご投稿いただけます。

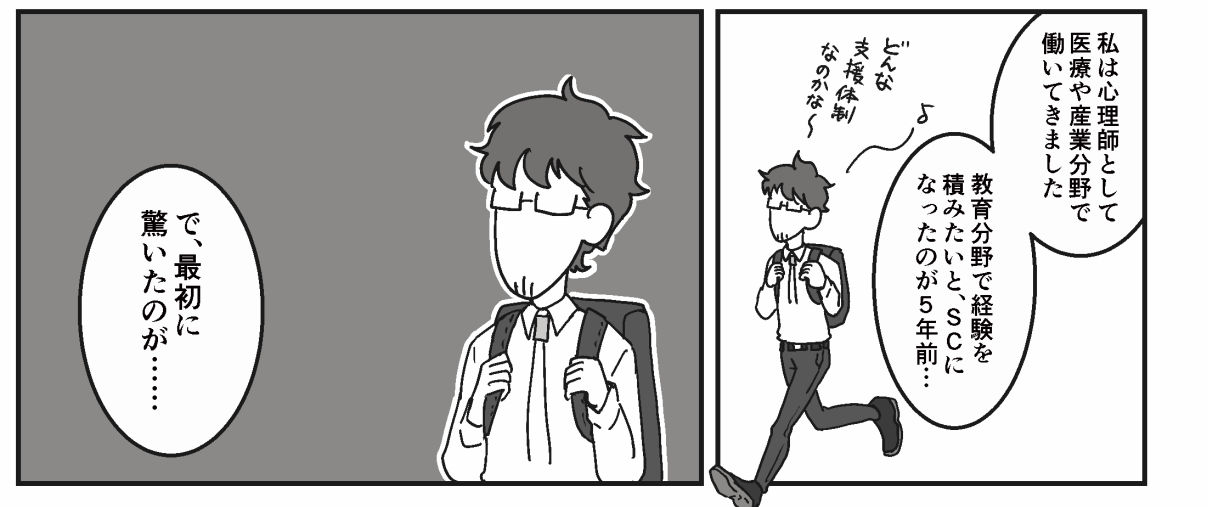
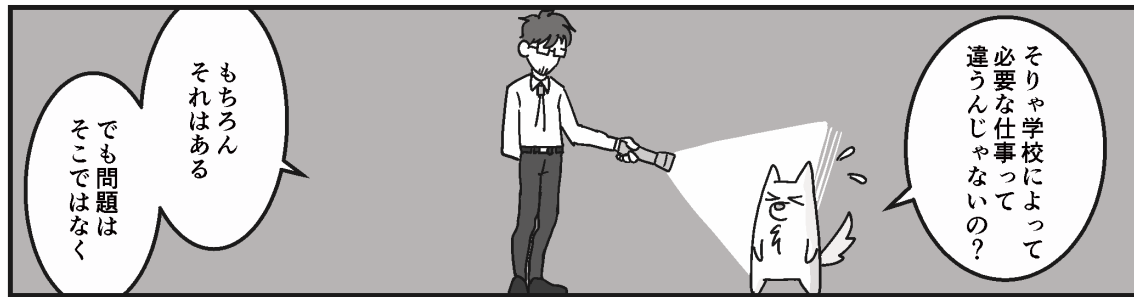
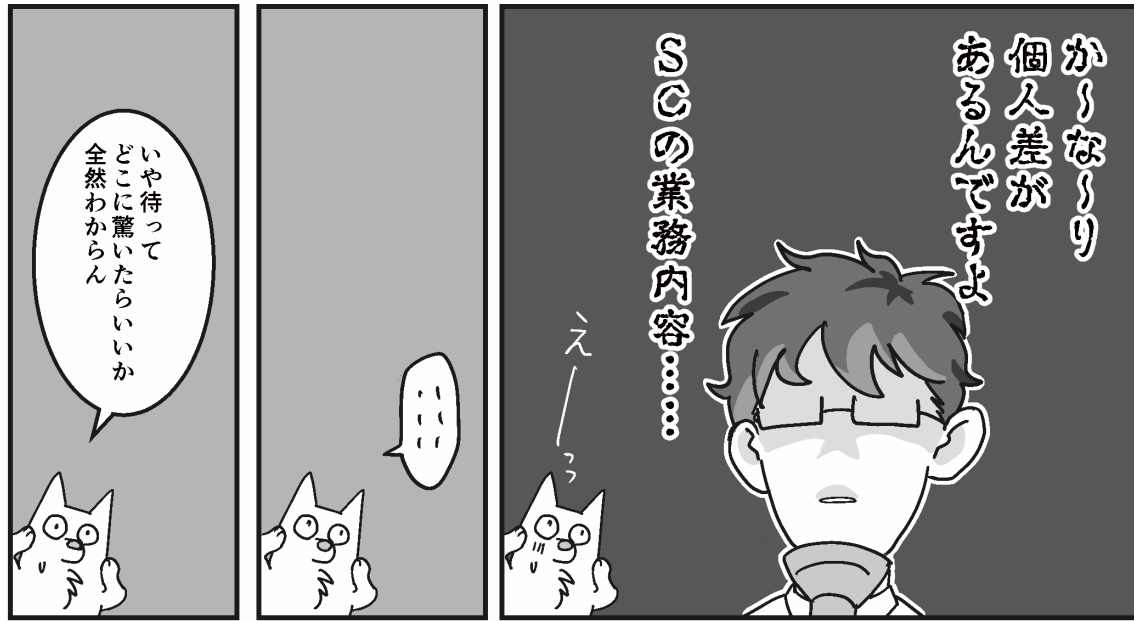
匿名投稿

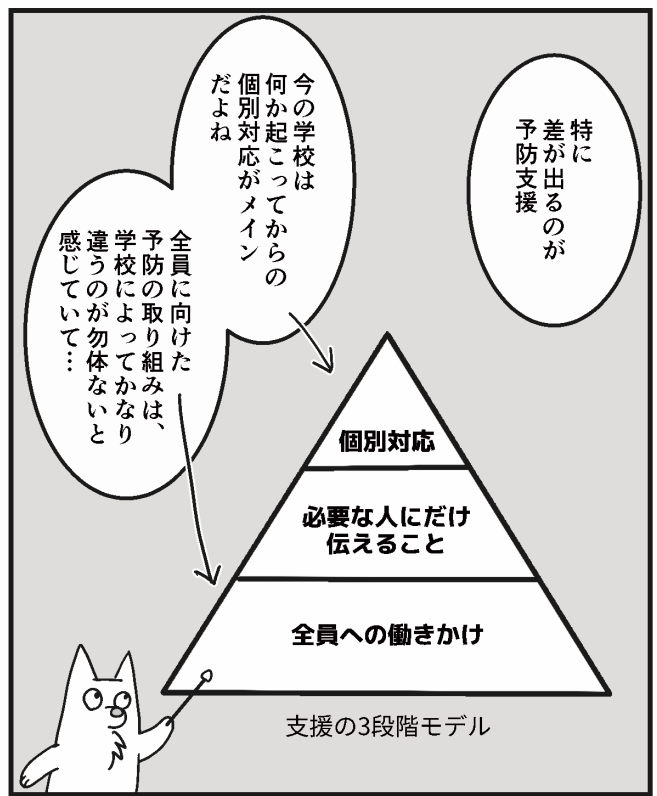
お名前は入力不要。安心してご意見をお寄せください。

※ ライブ配信前にいただいた投稿は講師と共有させていただきます。

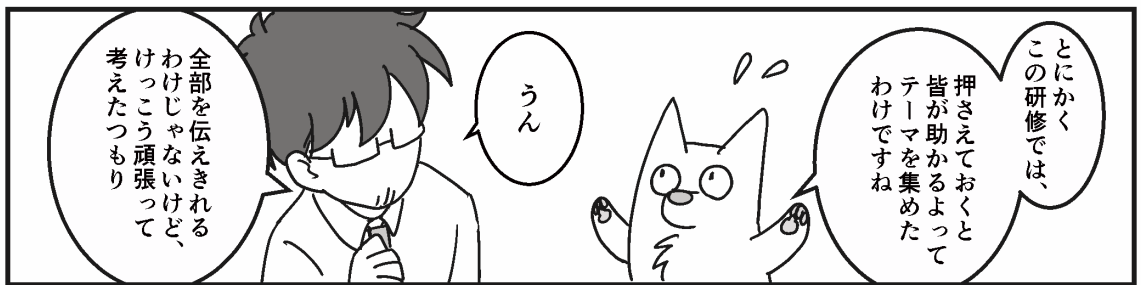
※ すべての投稿を扱うことは出来かねます。あらかじめご了承ください。







だって
予防できた方が
ゼツタイ楽じゃん!



ありがたう
ご参加しました

認知行動療法専門 カウンセリングルーム&研修機関



〒525-0032

滋賀県草津市大路1-1-1 エルティ932 4F
滋賀県立草津SOHOビジネスオフィスA09

お問合せ：info01@waconne.com
080-7234-4090

HP：https://www.waconne.com/
ホームページは「わこね 心理」で検索

代表：佐藤裕樹（公認心理師・臨床心理士）

- 管理職
- 養護教諭
- 教育相談担当
- 生徒指導担当
- 学級・教科担当
- SC
- SSW

小児看護学、教育福祉、自殺学、法規・ハラスメント対応など…
さまざまな分野の方が集まってくれました。

校内のいろんな立場の先生方にご覧いただけると嬉しいです



登壇者

小川光江／国際医療福祉大学 成田看護学部 看護学科 助教
入江優子／東京学芸大学 こどもの学び困難支援センター 准教授
末木 新／和光大学現代人間学部 教授
太田滋春／さっぽろカウンセリングスペースこころソファ 代表
内藤 忍／独立行政法人労働政策研究・研修機構 副主任研究員
池内裕美／関西大学社会学部 教授