

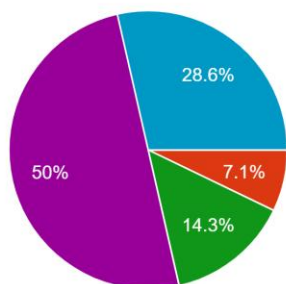
こころの安全パトロール隊員養成講座 特別編

若者ゲートキーパー養成研修会

令和7年10月5日 ビック愛9階会議室 講師 東 睦広

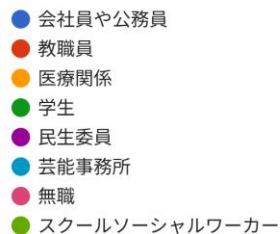
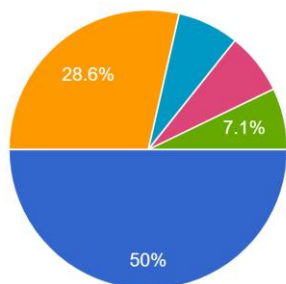
年齢

14件の回答



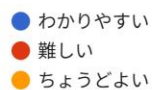
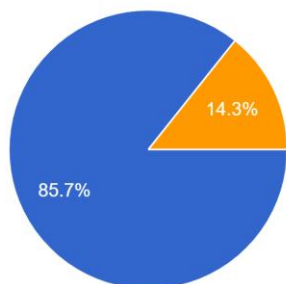
ご所属

14件の回答



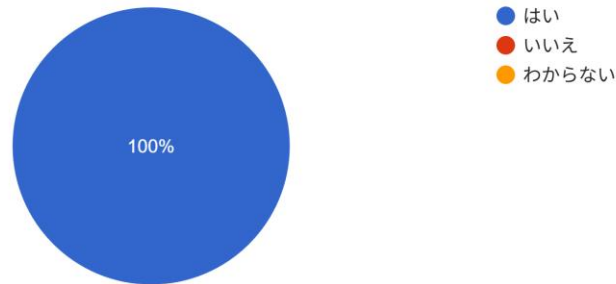
① 講義の内容はわかりやすかったですか？

14件の回答



② 今回の講座で学んだことが役に立つと思いますか？

14件の回答



③ 講義の内容で一番印象に残ったのはどんな点でしょうか。14件の回答

マインドフルネス

MBSR

病気の知識と先生が会った患者様とお話。今の出来事に対し過去の一番辛かった感情が反応していることもあるとご教示いただけたのは私にとって救済になりました。冷静な心を取り戻すきっかけになります。

人がどんなタイミングで死を選ぶか。一定数、防げない自殺があること、ゲートキーパーで防げる自殺があること。

ゲートキーパーが出来る限界値を知る事を設定しておく事。マインドフルネスは、取り入れた事もあるが、やりやすかった。

マズローの欲求5段階説

経験談も踏まえた上で、参考になりやすかった。

講義内容は、大変重いのですが、講師の先生が出来るだけそれを感じさせないように配慮されて話されていることがとても印象的でした。

日本人の気質からか、SOSを発信できない若者たちが多くあること。きめ細かな深層心理を知り、学べたこと。

マインドフルネスの重要性。

マインドフルネス ストレス低減法

生徒でリスクしている子がいるのですが、解離している事が気づいた。マインドフルネスを参考にしてみようかと思います。

知識として、心の病をしておくことの重要性。

④ 講師の声はよく聞こえましたか？

14件の回答



本日の感想・お気づきの点・ご要望などご記入ください。今後の参考にさせていただきます 14件の回答

2回目の参加でしたが、いつも為になるお話ばかりです。今後ともよろしくお願ひします。先生が聴講生を信頼してお話してくださっていることが伝わってきました。有難うございました。とても分かりやすかったです。ありがとうございました。、この授業は中学生高校生に話せたらいいなと思いました。

若者の生きづらさは、頭ではわかっているつもりでも、まだまだ浅く、もっと理解をしていく努力が必要だと思いました。

資料がなく、ダウンロード形式でも良いので見返したいので欲しい。講義を受講する者が、一部は語らっていたが、私も違う場所で会った人もいたが、この少ない場所においても互いが挨拶が出来ていない事では、この講座の目的と実践が難しい様に思えた。その様な人に、喜怒哀楽を開示しないと感ずる。愛の反対は無関心ならば、無関心の人が多いのであれば、アイスブレイクをするなり、ロールプレイをするなりの工夫が必要だと私見ではあるが思う。受講氏名用紙にYouTubeサイトを記載していれば、良いと思う。私は、以前、和歌山市と和歌山県の教育委員会に命の授業はどうしているか？質問したが、その学校に任せていると言われた、この講座は中高生や大学生や新社会人などにも普及をし、そのマンパワーが互いにエンパワメントされる事を私は期待している。講習のお知らせについて、地区の回覧板にチラシを入れる、自治体の支所、サービスセンター、などにチラシを置く、会場も西コミュニティセンター、和歌山城ホール、あいあいセンターなど、ビッグ愛だけでなく違う場所も考慮して欲しい。また、和歌山の小学校での後輩への後継者づくりを実際に講習で子ども達から学ぶ姿勢を教わりたい。大人は大人が思うほど大人ではない。子どもは大人が思うほど子どもではない。また、白浜で自殺防止や、その自殺未遂者への支援をされている藤敦庸一先生の話も聞いてみたいし、藤敦先生の作った映画上映を視野に入れて欲しい。私が複数回、ズームや会場を受講しているのは自分のアップデートと、どの様な人がこの研修を受けにきているのかと、その反応を観にきている気がする。LINEがあれば嬉しい、そこにお知らせが集まると思うので。

神経発達症(発達障害)の息子 生きにくさのこと、実感しています。先生の話にあった内容、毎日毎日、過去の出来事が繰り返し思い出された、暴れ暴言を吐く毎日…。もっと彼ら(発達障害について)理解してくれる人たちが増えてくれたら、もう少し生きやすい、過ごしやすい場所、居場所があれば、そんな場所が増えてくれたらなあ。と思いながら講義を聴かせていただきました。また、これからも機会があれば参加したいと思います。

講演ありがとうございました。今回初めて参加しましたがやっぱり、グレーゾーンの人達も悩んでいるところがあるので、次回以降取り上げていただけないでしょうか。

ゲートキーパーの初級、上級コースに続いての受講になりますが、結構重いと感じます。私自身は医療従事者でないので、専門的な知識もありません。子供の同級生が残念ながら自死した事や、鬱で学校に行けなくなった等、他人事とは思えなく、少しでも知識を得て、何か気づきに繋がりたいと思います。

初めて心の SOS サポートネットを知ることができ、セミナー参加することができました。もっと広く周知されることを心より願っております。ありがとうございました。

知識の重要性を痛感しました。次回も是非参加したいです。有難うございました。

初めて受講しましたが、会社でも障害を持った人を受け入れるという意味において大変役立つ講習でした。

今日はありがとうございました。今まさに、問題を抱えている内容があっていたので、かなり参考になりました。自分自身の気づきをより高く感じる事ができたと思います。勉強になりました。

今後もゲートキーパーとして活動に参加させて頂きたいです。