

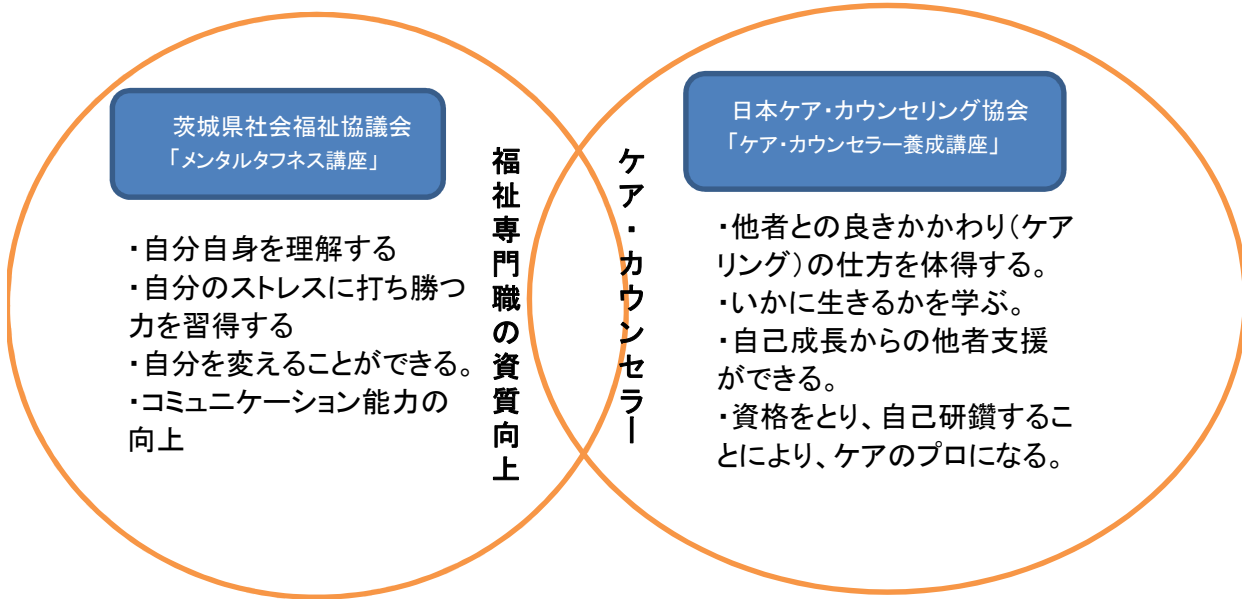
# メンタルタフネス講座(入門・初級・中級)のしくみについて

## ①メンタルタフネス講座とは

私達社会福祉従事者自身も、その援助課程で元気になれることが対人援助サービスには大切です。

その1 社会福祉従事者が、対人援助サービスに伴うストレスに、「折れない心」で自分を上手に表現し、他者との連携をとれるコミュニケーション・スキルを磨きます。

その2 自己の気づかなかった「内的な回避行動」を行動形成法(構成的集団認知行動療法)の体験を通して学びます。



## ②茨城県社協主催「メンタルタフネス講座」の特徴

あらゆる事業種別・職種を横断した福祉職員全般を対象とし、特定非営利活動法人日本ケア・カウンセリング協会が認定する「ケア・カウンセラー」として資格に必要な単位を取得することができます。

