

皆が過ごしやすいコミュニティとは？メンタルヘルスの視点から

キーワード[メンタルヘルス, 学生相談, ハラスメント防止] 准教授 中澤未美子



心理的暴力のうち、ハラスメントやいじめの防止については、デンマークの取組みを参照しています。左の図は、デンマークの労働組合のハラスメント解決システムです。右の写真は、デンマークの教育機関(日本での小学校)の授業風景です。下の写真は、研究室の中にあるカウンセリングコーナーです。誰にも言えないような話でも、カウンセラーは耳を傾けます。一人で抱え込まずに、相談してほしいと思います。

これからの社会は、ますますIT化が進みます。従来のカウンセリングは、科学的なものに馴染まない面も目立ちました。これからは、ITと心理のコラボレーションで、心のケアを考える時代だと思います。



内容:

大学は、様々な背景を持つ学生、教職員などで構成されています。誰もが過ごしやすい大学とは、どのような大学でしょうか。大学は大きな一つのコミュニティです。私は、メンタルヘルスケアの立場から、誰一人として取り残される人が出ない大学コミュニティづくりについて考えています。

具体的には、メンタルヘルスに関する研究、教育、実践を通し、個別の相談から、コミュニティ全体の課題を見つけます。特に現在では以下の3点に関心があります。

1. 学生や教職員のメンタルヘルス支援
2. ITを活用したメンタルヘルスケア
3. ハラスメントの防止(特に加害者へのアプローチ)

アピールポイント:

これらは、誰か一人が頑張ればなんとかかなるということではありません。大学構成員や様々な人と話し合いを重ねながら、多くの視点を取り入れながら、行う必要があります。

身体のケアと同じように、心のケアを誰もが当たり前におこなうコミュニティについて、一緒に考えませんか。

分野: 社会福祉学(精神保健)、臨床心理学
専門: メンタルヘルス、ハラスメント防止

E-mail : nakazawa.mimiko@yz.yamagata-u.ac.jp

Tel : 0238-26-3034

Fax : 0238-26-3415

HP : <https://www.yz.yamagata-u.ac.jp/>

[current/health/counsel/](https://www.yz.yamagata-u.ac.jp/current/health/counsel/)

