

認知療法の基礎を学ぶ

(2時間コース)

*当財団(講座)は「臨床心理士」資格取得者の研修機会として、(公財)日本臨床心理士資格認定協会より「短期研修機会(ワークショップ)」の承認を受けております。 <承認期間:2017年7月1日~2022年6月30日 承認番号:W29111>

主催：公益財団法人 明治安田こころの健康財団

企画講師：大野 裕 先生（一般社団法人 認知行動療法研修開発センター 理事長）

講座日程：全4回

| 回 | 開催日 | 講義内容(予定) | 講師(敬称略) |
|---|----------------------|---------------------------|---|
| 1 | 2020年 1/29 (水) | 認知療法の概説と導入 | 一般社団法人 認知行動療法研修開発センター 理事長 大野 裕 |
| 2 | 2/5 (水) | 症例の概念化と治療計画・ 行動活性化について | 一般社団法人 認知行動療法研修開発センター 理事 菊地 俊暁 |
| 3 | 2/12 (水) | 認知再構成法(コラム法) | 慶應義塾大学病院 臨床研究推進センター 教育研修部門 部門長・特任講師 中川 敦夫 |
| 4 | 2/19 (水) | 問題解決技法とアサーション | 国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター 客員研究員 田島 美幸 |

講義時間：毎週水曜日／午後6時30分～8時30分(120分)

受講料：12,000円(税込み)

定員：45名(定員になり次第締切りますのでホームページなどでご確認ください)

受講対象：心理相談・各種カウンセラー、ソーシャルワーカー等、支援や援助に携わり、認知行動療法に関心のある方、ならびに大学生・大学院生等も含め本テーマに関心のある方

会場：明治安田こころの健康財団 講義室

東京都豊島区高田 3-19-10 TEL 03-3986-7021

(JR山手線、西武新宿線、東京メトロ東西線「高田馬場駅」下車徒歩約7分)

認知療法・認知行動療法とは、人間の情緒が認知のあり方(ものの受け取り方や考え方)の影響を強く受けることに注目して、辛い気持ちになったときの認知に働きかけて心を楽しんだり、問題解決を手助けしたりする構造化された精神療法であり、うつ病や不安障害などの精神疾患はもちろんのこと、日常のストレス対処など、広い分野で使われるようになっている。

わが国では、2010年4月にうつ病の認知療法が診療報酬の対象になった。今回は、診療報酬の基盤作りのためにうつ病の認知療法のマニュアルの作成と効果を検証した厚生労働省研究班に参加したメンバーが、認知療法の基本的なプロセスについて動画等を活用してわかりやすく解説をする。

大野 裕【一般社団法人 認知行動療法研修開発センター 理事長】