

第11回 滋賀CBT研修会

地域で認知行動療法を学ぼう

こころの臨床実践における認知療法と行動療法の融合

北海道医療大学 心理科学部
臨床心理学科教授

講師 **坂野 雄二** 先生

臨床実践家のための
認知行動療法施術のコツ

平成21年10月31日(土)
14:00 ~ 18:15

会場

Rise Ville都賀山 ロータス会場
滋賀県守山市浮気町300-24
JR東海道線守山駅(東口)より徒歩5分

参加費 : 7,000円

懇親会費 : 5,000円

定員 : 120名

定員になり次第、締め切らせて頂きます

お申込方法 : 裏面に記載

主催 **滋賀CBTを学ぶ会** 事務局 CBTセンター

協力 福井CBTを学ぶ会、大阪・神戸CBTを学ぶ会、三重CBT研究会
京都認知行動療法カウンセリングルーム

講師略歴：北海道医療大学心理科学部臨床心理学科教授。教育学博士（筑波大学）。日本行動療法学会理事長、専門行動療法士・日本自律訓練学会認定自律訓練指導士・シニア産業カウンセラー・米国Academy of Cognitive Therapy 認定 Cognitive Therapist。

主な編著書に、「認知行動療法」、「臨床心理学キーワード」、「実践家のための認知行動療法テクニックガイド—行動変容と認知変容のためのキーポイント」、「認知行動療法の技法と臨床」他多数ある。

研修内容：この研修では、まず認知行動療法（CBT）の歴史と発展、現在に至るまでどのようにその野を広げているかお話しします。これはCBTという心理技法が精神科疾患に限らない健康を脅かす種々の困りごと（例えば生活習慣病や身体疾患など）に対しても有用である事をお示しすると共に、その哲学・理論・技術がいかに常識的で普遍的であるかをお伝えしたいからです。

続いて、その広い話から一転して、精神疾患の患者さんにCBTを施術するという狭い話に移ります。ここでは一応気分障害やパニック障害というようにある特定の範囲で話を展開しますが、治療の実例を通じてむしろCBTが病名単位の治療法ではなく、目の前の患者さんの困りごとに対して具体的に建設的な提案をし続けているという指針を感じ取って頂きたいと思います。その延長線上で、治療に患者さんを当てはめるのではなく、それぞれユニークな患者さんに対して治療をどうフィッティングしていくかというコツをお伝えします。

最後に、難しい患者さんに対して私が臨床家としてあれこれ悩み、粘り、工夫している症例報告を行います。これは、難治例に対してもCBTはスッと効くという話をしたいのではなく、そういう患者さんに相対する時に、アイデアの源泉となってくれるのが”認知を扱う”、”行動を扱う”という姿勢の良い所なのだという事をお示したいからです。

当日の時間割・内容（予定）

2008年2009年とこの2年にわたって行動療法学会、認知療法学会が同日開催されています。両療法のテクニックは共通点が多く、逆に差異は少ないのです。それらを柔軟に組み合わせ使用するコツもお伝えしたいと思います。

14:00-15:00	現在の認知行動療法の広がり
15:00-16:00	認知行動療法の実践
16:15-17:15	患者さんへのフィッティング
17:15-18:15	難治例への適用

研修会の後に坂野先生を囲んで懇親会(18:45～)を準備しております。お時間がございましたら事前にお申し込みの上、ぜひご参加ください。

当研修会には保育士等による託児が付いています。託児料金は2000円で保険料込みです。ご希望の方はお申込みフォームのコメント欄に、「託児希望」とご記入の上、10月23日までに申し込み下さい。

お申込方法

- 1、下記アドレスからメールフォームに進んで頂き、必要事項を記入のうえお申込みください。
 - 2、返信された事務局からの受付番号を振込名義人の頭にご記載の上[滋賀銀行 彦根支店(普) 277619 滋賀CBTを学ぶ会(シガシービーティーヨマナブカイ)]までお振り込み下さい。
- 注：10月28日、または定員（120名）となり次第、締め切りとなります。

滋賀CBTを学ぶ会アドレス <http://studygroup.cbtcenter.jp/shiga/>

問合せ

滋賀CBTを学ぶ会
事務局（担当：西川）

メール：cbtcenter@gmail.com

ホームページ：<http://studygroup.cbtcenter.jp/shiga/>