

# 第1回 三重CBT 研修会

認知行動療法の理論・技術・実践について三重県で学ぶ

日時  
平成21年  
2月22日(日)  
10:00~16:00(5時間)

講師 CBTセンター 所長  
**西川 公平 先生**

研修会場  
津市ポルタひさい3F  
ふれあいセンター

電話 059-259-0377  
住所 三重県津市久居新町3006番地

アクセス  
近鉄久居駅を下車。改札口を出て左。  
久居ICを出てR165野村高架下を嬉野  
方面へ直進

参加費 : 7,000円

定員 : 100名

定員となり次第、締め切らせて頂きます

お申込方法：裏面に記載

主催 **三重CBTを学ぶ会 準備委員会**

共催 **三重カウンセリング研究会 CBTセンター**

協力 滋賀CBTを学ぶ会 福井CBTを学ぶ会 大阪・神戸CBTを学ぶ会

## 認知行動療法 (CBT:Cognitive Behavioral Therapy) とは：

現在世界で標準的に使用されている心理療法の技術。うつ病、パニック障害、強迫性障害など種々の精神疾患に対して有効性の証拠 (エビデンス) を持っている。本人の認知 (ものの見方) や行動 (ふるまい) に焦点を当て、より生活しやすくほぐれていくようにうながしていく。

注；認知症への適応はありません。

## 講師 西川 公平 氏

講師略歴：CBTセンター所長。認定行動療法士。精神科、心療内科のクリニックなどで800例近いケースにCBTを施術している。井上和臣氏、久野能弘氏、原田誠一氏などのGSVでCBTについて研鑽を積む。現在は滋賀県でCBTセンターを開設している。スクールカウンセリング、産業カウンセリングへのCBTの適応についても詳しい。各地でCBT勉強会や研修会を主催し、地方でのCBT普及に力を注いでいる。

### 研修スケジュール

- 9:30- 受付開始
- 10:00-12:00 認知行動療法の基礎  
昼休み
- 13:00-14:30 事例でみる認知行動療法
- 14:40-16:00 やってみよう認知行動療法

### 講師から一言

初めての方でも認知行動療法の概要が理解できるように進めていく予定です。最後はちょっとした演習を行います。皆さんの現在の日常臨床に付け足せるヒントや使える道具となれば幸いです。

## 研修事務局・司会：中川 貴嗣

臨床心理士、ハローワーク津・四日市カウンセラー、三重県スクールカウンセラー。三重県臨床心理士会被害者支援専門委員会委員、NPO法人特別支援教育サポートセンター理事、日本学校カウンセリング学会理事、愛知県障害者職業センターリワークプログラム講師

研修会の後にささやかな談話会(無料:16:15~)や懇親会(有料:18:00~)を準備しています。お時間がございましたらぜひご参加ください。

## お申込方法

- 1、下記アドレスのメールフォームから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参加受付メールと受付番号をご確認のうえ[ ゆうちょ銀行 14680-65321 三重CBTを学ぶ会 ]にお振り込み下さい。
- 各研修日の3日前、または定員 (100名) となり次第締め切りです。

申込書アドレス <http://studygroup.cbtcenter.jp/mie/>

メールアドレス [miecbt@gmail.com](mailto:miecbt@gmail.com)