

認知行動療法の基礎と活用法

【日 時】2018年**9月29日(土)**
開演13時30分～16時30分（受付13時00分～）

【参加費(税込)】

協会会員/賛助会員 4,000円 一般 6,000円

【会 場】日本産業カウンセラー協会
東京支部 代々木教室5階501教室

認知療法・認知行動療法(以下、認知行動療法)とは、認知、つまり情報処理のプロセスに働きかけて心を軽くして問題解決できるように手助けする構造化された精神療法です。そうしたこともあって、認知を最も良く反映する考え方に目が向けられることが多いのですが、認知行動療法の創始者のアーロン・ベックは「認知に至る王道は感情である」と述べています。感情の変化に気づき現実に目を向けることによって認知の修正が可能になるというのです。認知行動療法は単に考えを切りかえさせる方法だと誤解されていることが多いのですが、そうではなくて問題解決を妨げている認知や行動に焦点を当てることで問題解決能力を高めるアプローチです。今回の講演では、認知行動療法のエッセンスについて解説し、認知行動療法で大切にされるコミュニケーションスキル、面接の型、行動活性化や認知再構成法などのスキルについて動画やロールプレイを交えながら紹介します。



大野 裕 先生

精神科医

- 国立研究開発法人
国立精神・神経医療研究センター
認知行動療法センター 顧問
- 一般社団法人
認知行動療法研修開発センター理事長

【申し込みについて】

- 先着150名に達し次第締め切らせていただきます。
- WEBまたはFAXでお申し込みください。(お電話、メールでの申し込みは不可)
※詳細は裏面をご覧ください
- 事前申し込み、事前入金制です。お申込とご入金の確認ができた時点で受理となります。
- 本講座は、「みなし更新研修」対象講座です。
- 本講演会にご参加の方には、「3ポイント」が付与されます。

<大野 裕先生のご紹介と主な著書>

【肩書と経歴】

1950年、愛媛県生まれ。1978年、慶應義塾大学医学部卒業と同時に、同大学の精神神経学教室に入室。その後、コーネル大学医学部、ペンシルバニア大学医学部への留学を経て、慶應義塾大学教授(保健管理センター)を務めた後2011年6月より、独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センターセンター長に就任。現在、顧問。近年、精神医療の現場で注目されている認知療法の日本における第一人者で、国際的な学術団体 Academy of Cognitive Therapyの設立フェローで公認スーパーバイザーであり日本認知療法・認知行動療法学会理事長。一般社団法人認知行動療法研修開発センター理事長、日本ストレス学会理事長、日本ポジティブサイコロジー学会理事長など、諸学会の要職を務める。

2001年からは、日本経済新聞にてコラム「こころの健康学」を連載中。著書に『こころが晴れるノート』(創元社)、『はじめての認知療法』(講談社現代新書)、『マンガでわかりやすいうつ病の認知行動療法』など多数。



- 東京メトロ副都心線 北参道3番出口より徒歩1分
- JR線・都営大江戸線 代々木駅より徒歩7分



東京支部 講座申込書(会員部) 東京支部 FAX 03-5772-3053

※本講座は『みなし更新研修』です。

申込み日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

協会会員 一般 会員手続き中の方(生年月日: _____)
賛助会員 (賛助会員企業名: _____)

フリガナ _____

氏 名 _____ 登録番号 _____
 または会員番号 _____

連絡先電話番号 _____ 日中の連絡先、及び緊急連絡先として使用させていただきます
 ⇒ 携帯番号 自宅 勤務先

住所 〒 _____

メールアドレス _____ ※パソコンからのメールを受け取れるアドレスをお願いします。

※メールアドレスをお持ちでない方は FAX番号をご記載ください。

FAX番号 _____

開催日	講座コード	講座名	受講料

※ お振込み予定日 _____ 受講料合計金額 _____

【お申し込みについて】

- ・東京支部ホームページにて募集状況をご確認後、上記「講座申込書」をFAXしてください。
- ・ご入金を確認された方から先着順受付にて申込完了とさせていただきます。定員に達し次第受付終了となります。
- ・受付日前に「講座申込書」をお送りいただくと無効になります。
- ・原則として、開講日の1~2週間前までに講座成立の場合は『開講のご案内』を、講座が不成立になった場合には『講座不成立のご案内』を事務局よりメールにてご連絡します。

【お振込みの際のお願い事項】

- ・振込人名の後に「講座コード」の入力をお願いいたします。 入力例) トウキョウハナコB-001
- ・複数講座をお申込みの場合は、合算してお振込みください。 入力例) トウキョウハナコ A-001 U-002
- ・振込手数料は、各自でご負担ください。
- ・本FAX用紙への振込明細の添付は、不要です。お手元で保管してください。

【振込先】	三井住友銀行 新宿西口支店(店番 259) 普通 8970038 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 東京支部 シヤニホンサンキョウカウンセラーキョウカイトウキョウシブ
-------	--

【キャンセルについて】

- ・開講初日2週間前まで 振込手数料を申し受け、残金をご返金します。それ以降はご返金いたしかねます。

【その他】

- ・講座不成立もしくは当支部の都合により講座開催が中止になった場合は、振込手数料を含めて受講料を全額返金いたします。
- ・事前のお振込がなく当日参加の方は、事務手数料として500円頂戴しますので、ご了承ください。

【個人情報の取り扱いについて】

取得した個人情報は、協会主催の各種講習会等のご案内、アンケート・調査の依頼 お問い合わせに対する回答等に関する情報のお知らせ等を行うために必要な範囲内で利用させていただくことがあります。

- 主催・お問い合わせ
 一般社団法人日本産業カウンセラー協会東京支部 会員部
 〒 151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-2-12 菱化代々木ビル4F
 TEL:03-6434-9130 (平日:9:00~17:00)

<会場 地図>



- ・東京メトロ副都心線 北参道駅3番出口より徒歩1分
- ・JR・都営大江戸線 代々木駅より徒歩7分