

●メンタルヘルス教育に活かす認知行動療法的アプローチセミナー

認知行動療法はメンタルヘルス不調への療法としての効果だけでなく、日常的なストレス対処法を上手に使えるように手助けする問題解決型のアプローチです。本セミナーでは、認知行動療法の基本から、認知行動療法のスキルである行動活性化や認知再構成法を学び、基本の面接法をロールプレイの実習を通して理解を深めます。

初めて認知行動療法を学ぶ方から、すでに学んだことはあるがメンタルヘルス教育に活用するためにさらに学びたい方までを対象にしています。認知行動療法に興味のある方のご参加をお待ちしています。

開催日：2016/7/16、9/10
2016/7/18

会場：中央労働災害防止協会 安全衛生総合会館 5階
中央労働災害防止協会 大阪労働衛生総合センター

カリキュラム 4時間

- 12:30～12:40 開講・オリエンテーション
- 12:40～14:10 認知行動療法の基本
- 14:20～15:50 主要な認知行動療法のスキル
- 16:00～17:00 基本の面接法（ロールプレイ実習）
- 17:00～ 閉講

一般社団法人認知行動療法研修開発センター

理事長

オノ ユウ

大野 裕

【専門分野】精神医学

【著書】はじめての認知療法(2011,講談社)