

連続セミナー(全6回)

# 認知行動療法ワークショップ — 日常臨床に生かせるCBT —

CBTは学んだけれど、実際のカウンセリング場面で使っていない、使いにくいという声を聞きます。このセミナーでは、日常臨床の中でCBTのアセスメントと主要技法を用いることができるように、体験的に認知行動療法を学びます！

CBTは初めてという方も大歓迎です！講師は堀越勝先生のもとで長年CBTを学び様々な領域で日常的にCBTを行う桑原裕子先生です。とっても素敵な先生です。

**日時** 2020年6月～12月 (全6回)

**場所** 吉祥寺スペース(KICHIJOJI SPACE)  
東京都武蔵野市吉祥寺南町2-8-6  
第18通南ビル306号室

**料金** 25,000円 (院生24,000円)

**定員** 12名

講師: 桑原裕子先生

(公認心理師・青山心理カウンセリングセンターCBTセラピスト)

筑波大学人間総合科学研究科  
修士課程修了。公認心理師。  
精神保健福祉士。  
災害救援者の惨事ストレスや  
ストレスケアについて研究を行う。

国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センターで認知行動療法研修を修了。クリニックや産業福祉分野で活動。うつや不安、パニック障害、強迫性障害などの不適応状態を認知行動療法の諸技法(ストレス対処のための考え方や行動の見直し、感情への気づき、マインドフルネス等)を用い、不適応な反応を軽減し適応的な反応を学習する手助けを行っている。



	日程	時間	内容
第1回	2020/6/14 (日)	14:30 - 17:00	ケースフォーメーション (見立てと治療計画のセッティング)
第2回	2020/7/12 (日)	14:30 - 17:00	認知的再構成法
第3回	2020/9/6 (日)	14:30 - 17:00	行動活性化療法
第4回	2020/10/11 (日)	14:30 - 17:00	スキーマ療法
第5回	2020/11/8 (日)	14:30 - 17:00	トラウマに対するCBTアプローチ
第6回	2020/12/13 (日)	14:30 - 17:00	マインドフルネス認知療法

お問い合わせ・お申込み



すぎなみ心理発達研究センター  
ほっとカウンセリングサポート



①お名前、②ご所属、③所持資格を明記の上、  
[hotcounseling@gmail.com](mailto:hotcounseling@gmail.com)までご連絡ください。

東京都杉並区松庵3丁目40-9西荻駅前永谷ビル208  
TEL 03-3247-5612