

# 1日じっくりワークで学ぶ マインドフルネス&スキーマ療法 ワークショップ

この度、静岡県浜松市において、洗足ストレスコーピング・サポートオフィス所長の伊藤絵美先生をお招きし、「1日じっくりワークで学ぶ マインドフルネス&スキーマ療法ワークショップ」を開催することになりました。マインドフルネスは、「いま、ここ、私」を実感する力を取り戻すための技法です。スキーマ療法は、クライアントの心の奥にあり、ネガティブな自動思考を引き起こし続ける「信念・思い込み・価値観」(＝スキーマ)を理解し、それを乗り越えていく技法です。このワークショップでは、講義と演習を組み合わせながら、皆さまにこの2つのアプローチを体験していただきます。援助者である皆さま自身が楽になると同時に、クライアントの心身に響く援助のヒントが得られる貴重な機会です。皆さまのご参加をお待ちしています。

**日時** 2017年7月9日(日) 10:30～17:30 (受付開始 10:15)

**会場** TKP浜松アクトタワーカンファレンスセンター 25F カンファレンスルームA  
(静岡県浜松市中区板屋町111-2 浜松アクトタワー ※JR浜松駅北口徒歩3分)

**定員** 50名 (先着順とさせていただきます)

**対象** 対人援助職の方  
(カウンセラー、保健師、医師等)

**参加費** 13,000円(税込み)

※申し込みメールが当機関に到着した時点で受講確定とさせていただきます。(定員に達していた場合を除く)確定後のキャンセルはいたしかねます。授業料を全額お支払いいただきますので、ご注意ください。

講師

**伊藤 絵美** (洗足ストレスコーピング・サポートオフィス所長)

<プログラム概要>

1. マインドフルネスについての講義、体験、グループワーク
2. スキーマ療法についての講義、体験、グループワーク

※ 参考図書「ケアする人も楽になる マインドフルネス&スキーマ療法 BOOK1 & BOOK2」(医学書院)

<主催> 株式会社フジEAPセンター EAP事業部  
〒420-0858 静岡県葵区伝馬町9-14 桜館ビル3階  
TEL:054-251-6500 FAX:054-251-6501 担当:遠藤  
URL:<http://www.fujieap.com> Email:[endo@fujieap.com](mailto:endo@fujieap.com)



<後援> マインドフルネス・認知行動療法研究会(名古屋市)

**\* 申込方法** 下記の必要事項を明記の上、[endo@fujieap.com](mailto:endo@fujieap.com)までメールをお送り下さい。申し込みメール確認後、受講票と振込先をご案内致します。

**\* 必要事項** 1. 氏名(漢字/ふりがな) 2. 年齢 3. 性別 4. 所属組織 5. 職業  
6. 連絡先電話番号 7. Eメールアドレス(※携帯電話のEメールアドレスはご遠慮ください)

<セミナー申込メールの個人情報の取り扱い>

当社は、収集した個人情報を 1、当セミナーの実施運営のため 2、当社開催のセミナーなどのご案内 の利用目的以外には使用しません。個人情報の提供は任意です。但し、ご提供いただけない場合、当セミナーへの申込受付が行えないことがあります。

当社の個人情報保護方針は右記URLを参照願います。<http://www.fujieap.com/privacy/privacy.html>

株式会社フジEAPセンター 個人情報保護管理者 坂部善久 電話/054-251-6500 Eメール/[privacy@fujieap.com](mailto:privacy@fujieap.com)