

～不眠の訴えのあるクライアントに対する認知行動療法を活用した支援の実際～

認知行動療法ワークショップ開催のご案内

<開催日時> 2014年2月1日(土) 10:00～17:00 (受付開始9:45)

<会場> 静岡市産学交流センター(ペガサート)7階 (静岡市葵区御幸町3-21 JR静岡駅北口徒歩5分)

<定員> 20名(先着順とさせていただきます)

<受講料> 15,750円(消費税込み/事前振込み)

※申込書を受領後、受講票と振込先を郵送しますので、事前に銀行振り込みをお願いします。

<対象者> 対人援助職の方(カウンセラー、看護師、保健師、医師)、人事労務担当者の方

※上記以外で受講を希望する方は、一度メールにてご相談いただければ幸いです。

<講師> 松田英子(江戸川大学教授/臨床心理士)

・お茶の水女子大学大学院人間文化研究科修了、博士(人文科学)。江戸川大学学生相談室長。

放送大学大学院文化科学研究科人間発達科学プログラム客員教授

日本パーソナリティ心理学会常任理事、日本睡眠学会、日本行動療法学会会員

・保健センター、心療内科クリニックの心理士を経て、現在は(株)フイスメックの産業カウンセラーEAP事業部の臨床心理士を務めるなど、産業分野において活動している。

<プログラム概要>

- 1、睡眠障害の基礎知識/睡眠障害の評価法
- 2、不眠のメカニズム/改善・予防に役立つ認知行動療法の実際
- 3、夢のエピソードへの理解と対応

今日、日本人の5人に1人は睡眠に関する何らかの問題を抱えているといわれています。睡眠障害の原因は様々ですが、多くの成人が悩む抑うつ改善方法としては、ストレスそのものへの対処よりも不眠の改善に焦点をあてたアプローチが有効な場合もあることがわかっています。本ワークショップでは、不眠の改善に有効である認知行動療法を活用したケース事例に基づき、支援の実際について学びます。また、悪夢など、相談で語られる夢エピソードへの対応方法も、事例を交えて学習します。

<主催> 株式会社フジEAPセンター EAP 事業部

〒420-0858 静岡市葵区伝馬町9-14 桜館ビル3階

TEL:054-251-6500 FAX:054-251-6501 担当:宇佐美

URL:<http://www.fujieap.com> Email:info@fujieap.com

Fuji
EAP Center

We will provide
professional EAP service



<お申込方法> 下記に必要事項を記入の上、FAXまたは郵送にてお送り下さい。

ワークショップ申込書 FAX番号 ⇒ 054-251-6501

送付日 _____ 月 _____ 日

| | | |
|-----|-----------|-----------|
| 住所 | 〒 | |
| 連絡先 | TEL(携帯も可) | |
| 参加者 | (氏名/漢字) | (氏名/ふりがな) |
| | (所属組織) | (職業) |

<セミナー申込書の個人情報の取り扱い> 当社は、収集した個人情報を以下の利用目的以外には使用しません。

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

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:メール/privacy@fujieap.com)