

# 日本自殺予防学会認定研修会のお知らせ

## 学会認定研修会Ⅰ「自殺予防につながる認知行動療法アプローチ」

ファシリテーター：大野 裕（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）  
張 賢徳（帝京大学医学部附属溝口病院 精神神経科）

<研修のねらい・目標> 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。認知行動療法は、うつ病に対する精神療法として開発されたが、その後、不安障害を初めとする様々な精神疾患の治療法として、その効果が実証されてきています。こうした精神疾患の治療として用いられるだけでなく、認知行動療法は日々のストレス対処にも役に立つことがわかっています。こうしたことから認知行動療法に用いられるアプローチは自殺対策でも活用可能です。

しかし、定型的（高強度）認知行動療法を実施できるようになるためには、個人スーパービジョンを含む専門的なトレーニングを受けながら実践を重ねる必要がありますが、トレーニングの機会が極めて少ないのが現状です。そうしたことから、近年は、定型的認知行動療法の基本的なアプローチを踏まえかつ効果が期待できる簡易型（低強度）認知行動療法が行われるようになってきています。これは、教育資材やITを利用したり、集団を活用したりすることで効果を維持しながらマンパワーの必要性を極力抑えるアプローチです。

こうしたアプローチが可能になるのは、認知行動療法で使われているアプローチやスキルが決して特別なものではなく、ストレスを味方にしながらこころ豊かに生きている人たちが普通に使っている方法をわかりやすくまとめたものだからです。

本研修会では、保健や医療、福祉、教育で自殺対策に取り組んでいる方々のために、動画やロールプレイもまじえながら、認知行動療法の基本的な考え方と簡易的な活用法について紹介し、自殺対策で活用可能な認知行動療法的アプローチの習得を目指します。

【参考図書】大野・田中：保健、医療、福祉、教育にいかす簡易的認知行動療法実践マニュアル、きずな出版、2017

<主な対象者>職種を問わずご関心のある方

日 時：2017年9月22日（金）15:00～17:00

会 場：つくば国際会議場 中会議室201（茨城県つくば市竹園2-20-3）

参加費：会員5,000円 非会員7,000円 学生3,000円 定員：100名

※第41回大会参加費は含まれませんのでご注意ください。

## 学会認定研修会Ⅱ「10 エッセンシャルズ：複雑事例に対する自殺予防のための問題解決アプローチ」

コーディネーター・講師：大塚 耕太郎（岩手医科大学医学部神経精神科学講座）  
河西 千秋（札幌医科大学医学部神経精神医学講座）

他に、地域・医療において自殺のリスクの高い方に直接対応している多数の専門職が、ファシリテーターを務めます。

<研修のねらい・目標> 専門職の多くは、自殺問題や自殺予防について専門的な教育を受ける機会が少なく、専門職の多くが、自殺の危機にある方への対応について、その知識・技量の不足を自覚し、困難感を感じていることが知られています。本研修会は、複雑事例や深刻事例に対応する際の基本事項とその段取りを習得することを目的として開催されます。研修方法は、自殺のリスクを抱える事例について、10 Essentialsという教育モジュールを用いながら、問題点の抽出から問題解決アプローチまでを専門家のガイドによるワークショップ形式で検討していきます。

<主な対象者>自殺の危機介入へ対応される全職種

日 時：2017年9月22日（金）15:00～17:00

会 場：つくば国際会議場 中会議室202（茨城県つくば市竹園2-20-3）

参加費：会員5,000円 非会員7,000円 学生3,000円 定員：50名

※第41回大会参加費は含まれませんのでご注意ください。

### 学会認定研修会参加申込みについて

- ・学会認定研修会は学会員以外の方も参加できます。
- ・必要事項（ご希望の研修会、お名前、ご所属、ご連絡先住所、ご連絡先電話番号）をご記入の上、8月31日までにメールまたはFAXにてお申し込み下さい。

**E-mail: info@jasp.gr.jp**

**Fax: 03-3812-0376**

問い合わせ・申込み先 日本自殺予防学会事務局

〒113-0033 東京都文京区本郷2-17-13（有）エム・シー・ミューズ内  
学会認定研修会担当 tel.03-3812-0383

詳しくはホームページ <http://www.jasp.gr.jp> をご覧下さい。