

デモンストレーションビデオで学ぶ

うつと不安への

認知行動療法の統一プロトコル

UP

エッセンシャル
入門研修

Unified Protocol

本研修では、ボストン大学不安関連症センターのデイビッド・バーロウ名誉所長らが開発した、「感情障害への診断を越えた治療のための統一プロトコル (Unified Protocol for transdiagnostic treatment for emotional disorders; UP)」を学びます。UPは、うつ病、不安症、強迫症をはじめとする感情や気持ちへの接し方に困難を示す幅広い疾患や症状を対象とします。

今回のエッセンシャル入門研修では、デモンストレーションビデオ（初公開）を用いて、UPの基本的な考え方や治療手続き、面接の実際について**5時間の講義**を行います。加えて、**6時間30分のデモンストレーションビデオ**を視聴することで、UPの実際を一通り学ぶことが可能になります。講義では、臨床事例を使って考えるエクササイズを設けて、UPを適用する練習も行います。映像配信型の研修のため、いつでもどこでも、ご自身のタイミングで研修を進めることができます。講義とデモンストレーションビデオは、配信期間中は見放題となります。初めてUPを学ばれる方にとっても、過去に研修に参加された方にとっても、短時間でUPの全体像と面接の実際を学ぶ絶好の機会となります。

臨床心理士ポイント承認済

精神科専門医資格更新単位付与承認済

(詳細はHPをご覧ください。)



申込方法：認知行動療法センターHPより、
研修システム登録ページにてお申込みができます。
<https://ncnp.smktg.jp/public/seminar/view/309>

WEB申込受付期間：2020年10月1日～10月30日

配信期間：2020年10月1日～10月31日

対象：対人援助に携わる方。

医師、心理職、看護職、精神保健福祉士等。

医療・保健、福祉、産業、教育、司法・矯正の有職者、
大学院生。

参加費：2万円

お問合せ：
国立精神・神経医療研究センター
認知行動療法センター 研修事務局
Mail：cbtkenshu@ncnp.go.jp

※お問合せの際には、メール件名に【研修番号】を必ずご記入ください。下記QRコードの研修システム登録ページに記載がございます。



NATIONAL CENTER FOR
COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY
AND RESEARCH



2020 年度 デモンストレーションビデオで学ぶ
うつと不安への認知行動療法の統一プロトコル：エッセンシャル入門研修

研修講師

研修普及室長

伊藤 正哉

臨床技術開発室長

中島 俊



研修内容

講義 5 時間 + デモンストレーションビデオ 6 時間 30 分

① 『診断横断的アプローチの背景』

講師：伊藤 正哉

不安とうつの統一プロトコル（UP）の概要と基本的な診断横断的な考え方について紹介します。診断横断的なアプローチとUPの概要、治療への導入方法について講義形式でお伝えします。

② 『感情の心理教育』

講師：伊藤 正哉

感情の本質・機能・構造に関して、患者さまにどのように心理教育をすると、自らの感情体験を観察できるようになれるのかについて解説します。

③ 『感情への気づきと認知再評価』

講師：中島 俊

イラストを用いて思考・感情・行動の変化についての心理教育を紹介し、感情に気づく方法と、思考を柔軟にする方法について解説します。

④ 『感情回避と感情駆動行動』

講師：伊藤 正哉

患者さまに感情回避を行うとどのようなことが起こるのかを心理教育し、感情駆動行動に対して反対の行動をとることをどのように伝えるのかについて解説します。

⑤ 『感情曝露』

講師：伊藤 正哉

状況に対する不安と恐怖の階層表から、治療者としての姿勢について紹介します。後半では想像曝露と現実曝露を取り入れ、解説します。

臨床心理士ポイント申請予定

精神科専門医資格更新単位付与申請予定

申込方法：認知行動療法センターHPより、
研修システム登録ページにてお申込みができます。
<https://ncnp.smktg.jp/public/seminar/view/276>

WEB 申込受付期間：2020 年 10 月 1 日～10 月 30 日

配信期間：2020 年 10 月 1 日～10 月 31 日

対象：対人援助に携わる方。

医師、心理職、看護職、精神保健福祉士等。

医療・保健、福祉、産業、教育、

司法・矯正の有職者、大学院生。

参加費：2万円

お問合せ：
国立精神・神経医療研究センター
認知行動療法センター
研修事務局 Mail：cbtkenshu@ncnp.go.jp

※お問合せの際には、メール件名に【研修番号】をご記入ください。QRコードの研修システム登録ページに記載がございます。



NATIONAL CENTER FOR
COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY
AND RESEARCH

