

# 周産期メンタルヘルスの 認知行動療法研修

## 認知行動療法に学ぶ対話スキル 周産期メンタルヘルス

本研修では、「周産期のメンタルヘルスに活かせる認知行動療法の理論に基づくケアの対話」と「周産期の心の変化と精神疾患」について習得することを目的としています。

周産期は、妊産婦と支援者が会える機会が多い時期です。この時期に、支援者が、妊産婦を心理社会生物学的に理解し、CBTの理論に基づくケアをすることができれば、より充実したケアが提供できるものと考えています。

「周産期のメンタルヘルスに活かせる認知行動療法の理論に基づくケアの対話」では、基本構造を、**Step 1** 対話の目的を確認する、**Step 2** 問題を整理する、**Step 3** 問題と一緒に取り組む、**Step 4** 次につなげ活かす、について解説します。ケアの対話のなかで用いる主なスキルである、共感スキルと、認知行動モデルの理論になるきっかけ・考え・感情・体・行動をあぶりだす質問とソクラテス式問答法についても、具体例を示しながら解説します。

「周産期の心の変化と精神疾患」では、うつ病だけではなく、不安症、強迫症、心的外傷後ストレス症、不眠、双極性障害、統合失調症、神経発達症、物質使用障害、愛着障害など様々な疾患や対応の際のポイントを解説します。

映像配信型の研修となるため、いつでも、ご自身のタイミングで研修を進めることができます。なお、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。

臨床心理士ポイント承認済み

精神科専門医資格更新単位付与承認済み

(詳細はHPご覧ください)

センター長  
堀越勝



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/250>

WEB申込受付期間：2020年11月1日～11月29日

配信期間：2020年11月1日～12月7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：1万円

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](mailto: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

# 講師



周産期メンタルヘルス  
プロジェクトメンバーが  
講師を務めます

精神科医師



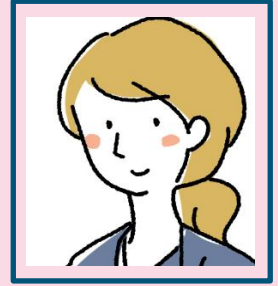
蟹江絢子  
中嶋愛一郎  
久保田智香  
三田村康衣

心理職



堀越勝  
伊藤正哉  
横山知加

看護職



牧野みゆき  
岡津愛子  
青山さやか  
大塚公美子

## 研修内容

周産期のメンタルヘルスに活かす〈ケアの対話〉はじめに：講師 堀越勝

ケアの対話をつくる基本構造 ステップと方法

Step 1 対話の目的を確認する：講師 中嶋愛一郎

Step 1で用いる〈共感スキル〉

Step 2 問題を整理する：講師 中嶋愛一郎

Step 2で用いる〈質問スキル①〉

Step 3 問題と一緒に取り組む：講師 蟹江絢子

Step 3で用いる〈質問スキル②〉ソクラテス式問答法：講師 堀越勝

Step 4 次につなげ、活かす：講師 蟹江絢子

ケアの対話 事例をつかった演習

演習 事例1 「認知再構成」をつかって：講師 牧野みゆき 岡津愛子

演習 事例2 「行動活性化」をつかって：講師 牧野みゆき 大塚公美子

演習 事例3 「問題解決法」をつかって：講師 牧野みゆき 青山さやか

周産期の心の変化と精神疾患

周産期の気分の変化：講師 伊藤正哉

精神疾患各論

【うつ病】：講師 伊藤正哉

【不安症、強迫症、PTSD】：講師 横山知加

【不眠、統合失調症、双極性障害】：講師 久保田智香

【神経発達症、パーソナリティ障害、愛着障害】：講師 三田村康衣

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.smtg.jp/public/seminar/view/250>

WEB申込受付期間：2020年11月1日～11月29日 配信期間：2020年11月1日～12月7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：1万円

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](mailto: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。研修番号202-3



NATIONAL CENTER FOR  
COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY  
AND RESEARCH

