
被災者支援・災害支援に活かす認知行動療法

(講師 : 本谷 亮 先生)

【研修のねらい】

災害は、予期せず私たちの身に降りかかり、人体や社会に甚大な被害を及ぼします。特に、甚大で、かつ長期的な影響がもたらされる場合、被災者支援・災害支援において、心理的支援が極めて重要です。しかし、被災者支援・災害支援に対する心理的支援については、意外と知られていません。また、災害後の支援では、認知行動療法がしばしば必要とされますが、具体的な発想や方法について、まだまだ浸透しているとはいえない状況です。

そこで本研修では、被災者支援・災害支援をテーマとして、認知行動療法の発想を災害後の生活場面でどのように活かしていくかという基本的な関わり方から、具体的な PTSD に対する治療的アプローチまで事例を交えて説明します。演者自身も東日本大震災を経験し、災害支援に携わってきましたので、その経験もふまえ、支援におけるポイントと課題をお伝えします。

“いざというときのために”、というほど近年、稀ではなく、いつ被災者支援・災害支援に携わるかはわかりません。必要な際に、適切な心理的支援が提供できるように、この機会に学んでおきましょう。

【研修の内容】

1. 被災者支援・災害支援の基本
2. 災害後における認知行動療法のニーズと適用
3. 災害後における認知行動療法の実践

(主な例)・生活場面でのメンタルヘルス

- ・生活習慣
- ・ PTSD
- ・支援者支援

※研修では、被災者支援・災害支援の臨床経験を踏まえた症例や簡単な演習交えて、具体的に話を進めます。被災者支援の相談経験がない方でももちろん大丈夫です。

◆研修日時：2024 年 9 月 7 日 (土) 13:30～16:30 (3 時間)

※申込締切日：8 月 24 日 (土)

◆研修会場：zoom を利用したオンライン研修

◆受講料 : 会員 3,300 円 (税込) 非会員 4,950 円 (税込)

◆定員 : 30 名 (先着順、定員になり次第締め切ります) <最少催行人数 10 名>

◆資格登録更新研修該当

【本谷 亮 (もとやりょう) 先生 北海道医療大学心理科学部准教授】プロフィール

北海道医療大学心理科学部卒業。同大学院心理科学研究科修士課程、博士課程修了。臨床心理学博士。

日本学術振興会特別研究員、福島県立医科大学医療人育成・支援センター／医学部神経精神医学講座助教を経て、2016 年より現職。

大学病院、大学附属の保健センターやこころの相談センター、および一般企業においてカウンセリングを実施してきたほか、災害支援や学生教育に従事。

また、社会活動として一般市民や職員対象のメンタルヘルス、ストレスマネジメント講話、自殺予防ゲートキーパー講座、傾聴ボランティア講師なども幅広く担当。

専門は、認知行動療法、心身症、災害支援。資格：臨床心理士、認定行動療法士、公認心理師