

## 「マインドフルネス実践講義」出版記念研修会

### 『マインドフルネス段階的トラウマセラピーを学ぶ』

マインドフルネスを上手に使いこなすための理論と方法をガイドする『マインドフルネス実践講義-マインドフルネス段階的トラウマセラピー(MB-POTT)』(金剛出版)の出版を記念し、著者の大谷彰先生をお招きして MB-POTT を学ぶ研修会を、以下の要領で開催します。

【企画趣旨】フラッシュバック、回避、解離といったトラウマ反応は、PTSD に結びつくだけでなく、うつ病や不安障害の隠れた背景になっていることが多い。本研修会では、**トラウマの治療**に有効な**マインドフルネス段階的トラウマセラピー**を学ぶことを目的として企画された。参加者は、トラウマ治療におけるマインドフルネスの活用の理論と方法を学ぶとともに、ワークショップ形式でマインドフルネスの臨床活用の実際を体験的に習得できる。

#### 【日時】

■基本編 2017年9月17日(日曜) 11時～17時(昼休み1時間)

■実践編 2017年9月18日(月曜:休日) 10時～16時(昼休み1時間)

#### 【場所】

東京大学本郷キャンパス 赤門総合研究棟2階 A200教室

[http://www.u-tokyo.ac.jp/campusmap/cam01\\_08\\_02\\_j.html](http://www.u-tokyo.ac.jp/campusmap/cam01_08_02_j.html)

#### 【概要】

##### ■基本編<講義研修> 講師:大谷彰先生 モデレーター:下山晴彦

トラウマの本質と形態、現存する治療モデルのエビデンス、PTSD治療の原則といった基礎事項を解説し、その知識に基づいてMB-POTTによるトラウマ治療を紹介する。なお、MB-POTTトラウマ治療は、PTSD症状の安定、トラウマ統合、日常生活の安定、ポスト・トラウマ成長の4段階から構成されている。

##### ■実践編<ワークショップ> 講師:大谷彰先生 事例提供:下山晴彦

MB-POTTの技法(フォーカスト・アテンション[FA]型、オープン・モニター[OM]型)マインドフルネス、安全感と治療関係構築、症状安定、トラウマ体験のナラティブ化、記憶回復、偶発性除反応対処、ポスト・トラウマ成長促進)を実習し、治療者の二次的トラウマ、マインドフルネス治療のリスク等についてディスカッションを行う。そして事例によるケースカンファレンスを行い、理解を深める。

【参加条件】基本編と実践編ともにメンタルヘルスの専門職及び大学院生に限定。

実践編の参加者は、基本編に参加していることが望ましい。

【参加費】基本編は10,000円 実践編は12,000円

【申込】<http://clin.or.jp/> から申込。先着順で基本編90名、実践編70名まで受付

【主催】一般社団法人臨床心理iネット 【後援】下山研究室