



ほんとに使えるメンタルヘルス対策学びませんか？

2023年度 メンタルヘルスセミナー

WEB

会場

第17回 WEB配信

今からできる
メンタルヘルス対策

9/15(金) - 9/29(金)

受講料: 8,800円(税込)

※本セミナーは2022年度開催の
第14回メンタルヘルスセミナー
の再配信です

お申込みはWEBから



第18回 会場開催

保健相談で活かせる
交流分析入門・実習

11/11(土) 10:00~16:00

場 所: 御茶ノ水ソラシティ
カンファレンスセンター
RoomB(東京都千代田区)

受講料: 11,000円(税込)

定 員: 80名

お申込みはWEBから



会場
ならではの
事例・実習
多数!

■対象者(各回共通): 医療保険者、企業、健診機関、行政等の保健師、看護師等
※そのほかの資格はお問い合わせください

講師紹介

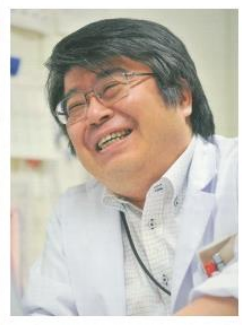
Mutsumi Ashihara 芦原 睦

芦原内科・心療内科(中部心身医療研究所)代表

1987年藤田医科大学大学院卒。2009年藤田医科大学医学部客員教授。中部労災病院心療内科部長・勤労者メンタルヘルスセンター長を経て現在、芦原内科・心療内科(中部心身医療研究所)代表、日本心療内科学会理事・中日本支局長、日本自律訓練学会理事、日本交流分析学会理事長、日本産業ストレス学会副理事長

<受賞歴>1996年日本自律訓練学会第3回池見研究奨励賞「当科における集団自律訓練法の有効性」/2003年日本交流分析学会第9回桂学術奨励賞受賞「ストレスや対処行動における交流分析的検討」/2020年日本産業ストレス学会学会賞

<主な著書>「自分がわかる心理テスト」(共著)講談社ブルーバックス/1992、「心身医学おもしろレクチャー」チーム医療/2001、「心の中の5人家族〜彼らが織りなす人生ドラマ」チーム医療/2009、DVD「わかりやすい心療内科の始め方」チーム医療/2008、DVD「自律訓練法の理論と実践」チーム医療/2012など多数



▶▶▶ 各回詳細・プログラムは裏面をご覧ください

[主催] 一般社団法人日本家族計画協会

第17回 WEB配信

「今からできるメンタルヘルス対策」

職場でメンタルヘルス対策が求められる一方、そもそもの知識や面談スキルの習得にお悩みの専門職の方は多いかと思えます。そこで本セミナーでは、心身医学の観点からのメンタルヘルスの基本知識と、メンタルヘルス不調者への対応に役立つ事例・対処法について学びます。これからメンタルヘルスに携わる方でも、確かな知識と実践力を身に付けられるプログラムです。

昨年受講者の声



先生の話がとても分かりやすく、本で読んでも難しく理解できなかったことがすっと頭に入った(保健師/健診機関)



産業分野で対応に悩むことを具体的に回答してくれて参考になった(保健師/企業)



主治医と産業医の立場である先生だからこそ、リアルな現場の話が聴けた(看護師/企業)

配信プログラム

- 1 心療内科とストレス病
- 2 うつ病について -STPH (心と身体健康調査表)実習-
- 3 メンタルヘルス入門と医療面接
- 4 ストレスチェック制度と高ストレス者の面談
- 5 職場ストレスの研究
- 6 メンタルヘルス不調者の復職
- 7 メンタルヘルス Q&A
- 8 心療内科における治療・自律訓練法
- 9 心療内科における薬物療法

※本セミナーは2022年度開催の第14回メンタルヘルスセミナーの再配信です

受講者特典

各回プレゼント



芦原先生著
「こころの整え方～今日からできるセルフケア～」
リーフレット

第18回 会場開催

「保健相談で活かせる交流分析入門・実習」

本セミナーでは、心理療法の一つであり保健相談に役立つ「交流分析(TA)」の基礎と実践を学びます。交流分析とは何か、なぜメンタルヘルス対策で有用なのかを解説すると共に、エゴグラムの作成や対話の理解につながる交流パターン作成など、多彩な実習を通し、自身で効果を実感することで業務への活かし方を身に付けます。

昨年受講者の声



これまで他の講習を受けてもよく理解できなかったが、芦原先生は事例やジョークを交えながら楽しく進めてくださるので分かりやすかった(保健師/企業)



職場内のコミュニケーションでの悩みも、交流パターン分析やゲーム分析に当てはめて考えることができた(看護師/病院)



こんなに面白く交流分析について学べたのは初めて。今後も継続的に参加したい(保健師/医療保険者)

会場開催プログラム

- 9:30 受付
9:55 オリエンテーション
- 10:00 1. 心療内科と交流分析総論 (120分)
2. 構造分析と自我状態
-自我状態の発見-
3. 心の中の5人家族・SGE(自己成長エゴグラム) 実習
4. なくて七癖、七つの生き癖
-エゴグラムパターンとその修正-
- 12:00 昼休憩
- 13:00 5. 各自我状態の上げ方 (180分) (自分の弱点の克服)
6. SGEの理論的背景
7. ストレス対処と対処行動エゴグラム(CBE) 実習
8. 三つの欲求理論
9. 交流パターン分析
10. 交流パターンを作ってみよう 実習
- 16:00 終了

※プログラムは変更になる場合があります。

お申込・その他詳細は本会HPまで
<https://jfpa.or.jp/>

または右記で検索



[主催] 一般社団法人日本家族計画協会
[お問い合わせ] 研修担当 TEL03-6407-8973(平日9時~17時)
※FAXによるお申込みは受け付けておりません