

動画で学ぶ認知行動療法＜週末2日間研修/通年研修＞

主 催 ストレスマネジメントネットワーク

内 容 初版から大幅に改訂されたアメリカ精神医学会の『認知行動療法トレーニングブック 第2版』（ジェシー・ライト他，医学書院）と，付録の動画（23編，計200分）を使って認知行動療法のエッセンスを学びます。ご都合に合わせて週末2日間で行う集中コースと，全11回の通年コースからお選びいただけます。

受講資格 職域，医療，教育，地域などでこころの健康活動に従事しているなど，認知行動療法に関心を持っている方

講 師 大野 裕（ストレスマネジメントネットワーク代表）

開催場所 東京都内

参加費用 15万円（税別）

参考図書 『認知行動療法トレーニングブック 第2版』/医学書院
参加者には1冊差し上げます。

日程（予定）

〈動画で学ぶ週末2日間研修〉（最少遂行人数5人）

- ・2019年3月23日（土）11：00～17：30
- ・2019年3月24日（日）10：00～17：00

〈動画で学ぶ通年研修〉（最少遂行人数5人）

全11回，すべて火曜日，19：00～20：30

- ・2019年5月21日
- ・2019年6月18日
- ・2019年7月23日
- ・2019年8月20日
- ・2019年9月17日
- ・2019年10月15日
- ・2019年11月19日
- ・2019年12月17日
- ・2020年1月21日
- ・2020年2月18日
- ・2020年3月17日

お申込先 ストレスマネジメントネットワークのウェブサイト

<https://stress-management.co.jp/>