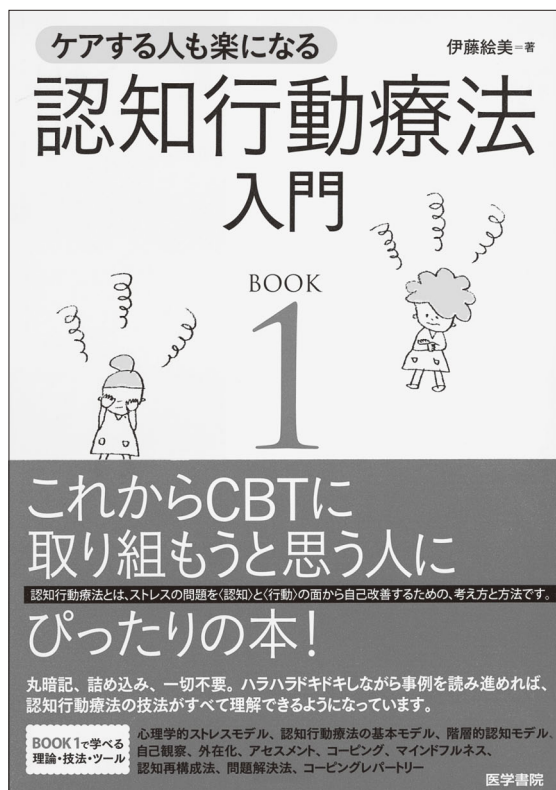


『ケアする人も楽になる 認知行動療法入門 BOOK1 BOOK2』



【BOOK1の内容】

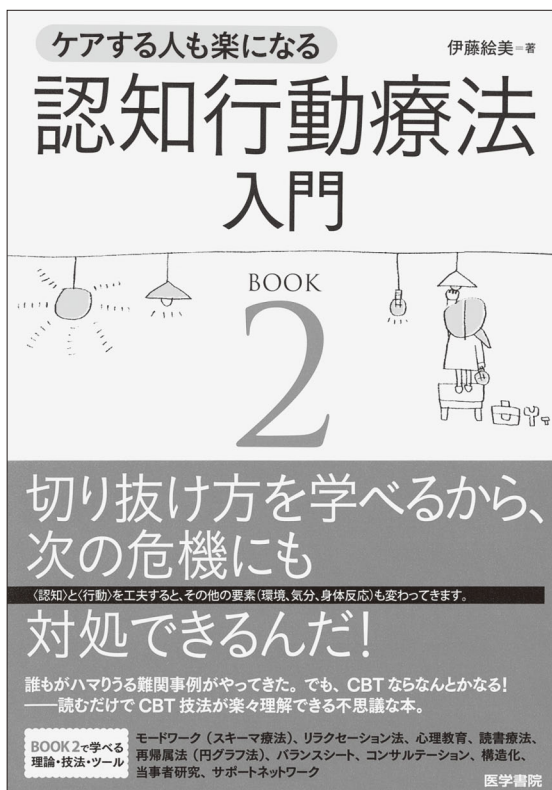
はじめに：ケアする人のセルフケアに認知行動療法を役立てよう

1. ストレス状況とストレス反応を目に見える形にしてみましょう
2. アセスメントしてみましょう
3. プリセプティとの相性が悪く悩む先輩看護師アヤカさん
4. BOOK1で紹介した理論・技法・ツール

BOOK1でゲットできる理論、技法

心理学的ストレスモデル、階層的認知モデル、自己観察、外在化、アセスメント、コーピング、マインドフルネス、認知再構成法、問題解決法、コーピングレパートリー

A5版、2100円(本体2000円+税5%)
[ISBN 978-4-260-01245-4]



【BOOK2の内容】

1. 無能な同僚管理職に腹が立って仕方がないカオルコさん
2. キレル医師のいる職場に恐怖を感じるサチコさん
3. 精神的に不安的な看護学生とのかかわり方に悩む教員タマキさん
4. BOOK2で紹介した理論・技法・ツール
5. さらに学びたい人へのガイド

BOOK2でゲットできる理論、技法

モードワーク、リラクゼーション法、心理教育、読書療法、再帰療法、バランスシート、コンサルテーション、構造化、当事者研究、サポートネットワーク

A5判、2310円(本体2200円+税5%)
[ISBN 978-4-260-01246-1]


医学書院 ナーシングカフェ・プレミアム

Nursing café

『認知行動療法を

はじめたい人のための、1日じっくり

＊認知行動療法は、エビデンスのある心理療法として大変に注目されています。

人をケアする職業人のストレスこそが問題です！

ナースとして働いていると、理不尽なことにたくさん遭遇しますよね。このセミナーでは、そうしたストレスの問題を「認知」と「行動」の面から改善していく「認知行動療法」という心理療法を解説・指導します。個人的なストレス問題にも適応できますし、看護管理にも役に立ちます。もちろん患者さんのケアにも応用すれば、解決策が格段に見えやすくなります。



初級ワークショップ



日時 第1回 2011年3月27日(日)

第2回 2011年7月31日(日)

10:00 ~ 17:00

講師 伊藤 絵美先生 (洗足ストレスコーピング・サポートオフィス所長、臨床心理士)

場所 医学書院会議室
(東京都文京区本郷 1-28-23 電話 03-3817-5700)

受講料 12,000 円(税込) 資料代, お弁当代, 消費税含む。事前振り込みが必要です。

定員 60 名(先着順)

お問い合わせ 『精神看護』編集室
(担当: 石川・米沢) TEL 03-3817-5769

申込方法 ①お名前・ご所属、

②緊急連絡用の携帯電話番号(または携帯メールアドレス)を記し、
FAX **03-5804-0485** か、メール **seikan@igaku-shoin.co.jp** までお申し込みください。折り返し整理番号と振り込み方法をご連絡します。

もしくは、医学書院ホームページの「看護師のためのwebマガジン」にアクセスし、参加希望のセミナーを選択し申し込みをお願いします。正常に受付が完了しますと、自動返信メールが届きます。

医学書院

<http://igs-kankan.com/>



携帯から

