

認知行動療法研修会 時間割

1日目: 令和8年3月12日(木)

時 間	テ ー マ	講 師
10:00 ~ 10:10	開 講 式	一般社団法人認知行動療法研修開発センター 大野 裕 慶應義塾大学医学部精神・神経科学教室 田島 美幸
1限 目 (10:10 ~ 11:10)	・認知行動療法の基本概念	
(11:10 ~ 11:20)	休 憩(10分)	
2限 目 (11:20 ~ 12:20)	・コミュニケーションスキル	
(12:20 ~ 13:20)	昼休み(1時間)	
3 限 目 (13:20 ~ 14:40)	・概念化	
(14:40 ~ 14:50)	休 憩(10分)	
4 限 目 (14:50 ~ 15:50)	・各セッションの流れ	
(15:50 ~ 16:00)	休 憩(10分)	
5 限 目 (16:00 ~ 17:30)	・行動活性化	

2日目: 令和8年3月13日(金)

時 間	テ ー マ	講 師
6 限 目 (10:00 ~ 10:50)	・認知再構成法(1)	一般社団法人認知行動療法研修開発センター 大野 裕 慶應義塾大学医学部精神・神経科学教室 田島 美幸
(10:50 ~ 11:00)	休 憩(10分)	
7 限 目 (11:00 ~ 11:50)	・認知再構成法(2)	
(11:50 ~ 12:50)	昼休み(1時間)	
8 限 目 (12:50 ~ 13:50)	・問題解決技法 ・コミュニケーションスキル ・不安のCBT	
(13:50 ~ 14:00)	休 憩(10分)	
9 限 目 (14:00 ~ 14:50)	・重篤な精神疾患の認知行動療法 ・簡易型認知行動療法・認知行動療法 学習法	
(14:50 ~ 15:00)	閉講式	

大野 裕先生: 一般社団法人 認知行動療法研修開発センター 理事長
 国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター 認知行動療法センター 顧問

田島 美幸先生: 慶應義塾大学医学部精神・神経科学教室 特任講師