

《心理士》

- * 家族の気づきを引き出されているのをリアルタイムで感じられて良かったです。自分自身の最悪のストーリーを書き、聞いてもらう事でこんなことまで心配しているのだな。現在ではないところに注意が向き過ぎているなど気付きました。福岡で研修会を開いて頂きありがとうございました。

WS-2「エクスポージャーと儀式妨害の基本のキ」

講師:岡嶋 美代先生

回答数: 43 名

1. 所属 患者…16名 家族…6名 医師…2名 心理士…16名 その他…2名(臨床の院生)
無回答…1名

2. 性別 男性…13名 女性…29名 無回答…1名

3. 年代 10代…2名 20代…13名 30代…7名 40代…14名 50代…6名 60代…1名

4. この研修会をどこで知りましたか？

- 会のHP…19名 チラシ…4名 知人…5名 病院・施設…4名 メルマガ…0名 その他…11名
(親、岡嶋先生のメール・家族・心理士会連絡メール、研修案内・ブログ・職場・卒業校のメーリング・県士会の紹介・県の臨床心理士会メール)

5. 使用した資料（プリント、スライド）は分かりやすかったですか？

- 分かりやすかった…38名 どちらともいえない…3名 分かりにくかった…0名 無回答…2名

6. 講義内容はわかりやすかったですか？

- 分かりやすかった…36名 どちらともいえない…6名 分かりにくかった…0名 無回答…1名

7. どの部分が印象に残りましたか？（複数回答でも可）

《患者》

- * 不快な考えが浮かんだ時にとる“態度”についてとても勉強になりました。
- * 行動も思考も回避せず…。ウンコの例が私には分かりやすくて良かったです。
- * 回避しないことが不安を減らすということ。一番大事だということ。ウォーキングの手法やお祈りというマインドフルネスな方法があること。

《家族》

- * 境界をあいまいにする。まぜるところのスライド。考え方が印象に残った。
- * つぶやきスルー。ネーミングワーク。慈愛の祈り。

《心理士》

- * 気にかかることについて、サラッと流して対応することが印象に残りました。
- * 境界をあいまいにまぜるという所で、その人なりの境界・聖域を見立てていくことが大切なんだなと思いました。実際の事例などを紹介して頂いたのでイメージが持ちやすかったです。集団療法のビデオは初めて見たのでとても参考になりました。（衝撃も受けました！）

8. 当会が行うワークショップにまた参加したいと思いますか？

- 参加したい…40名 どちらでもない…2名 参加しない…0名 無回答…1名

9. 次回参加するならどのようなワークショップの内容に興味がありますか？

《患者》

- * 患者の家族のあり方・対応の仕方。
- * OCD関連。集中行動療法の動画や話をして頂きたい。

《家族》

- * どういった形でも興味がある。
- * 家族の対応。患者の心理。



《医師》

- * 1人の方が治っていく過程を具体的に知りたい。

《心理士》

- * OCDと他の疾患が併存している時エクスポージャーと儀式妨害が効きにくいケースについて。
- * 岡嶋先生の実践をもっと見てみたいです。(ビデオやデモンストレーション…) 儀式妨害の〇×は目から鱗でした。

10. OCDの会の活動についてお答え下さい。

□知っている…26名 □知らない…16名 □無回答…1名

知っていると答えた方(複数回答可) □メルマガ会員である…4名 □ホームページを見ている…8名 □月例会に参加している…8名 □病院から紹介された…2名 □研修会などに参加した事がある…7名 □冊子やDVDを買った事がある…9名 (その他)家族が参加している…1名



11. その他、ご感想やご意見、ご要望をお書きください。

《患者》

- * 是非、静岡でも研修会を開いて下さい。
- * 日常においてOCDを治す為に自分が積極的にやっていく課題がわかってよかったです。明るい気持ちで今年1年が終わられます。ありがとうございました。

《家族》

- * 先生の口調がソフトで聞きやすかったです。

《心理士》

- * ERPだけでなく、他のアプローチも話に入りつつ実践されている印象でした。
- * OCDに関しての研修会に初めて参加させて頂きましたが、とても勉強になりました。ありがとうございます。実際にエクスポージャーをしてもらう課題を見つけるためには相手の方の丁寧なアセスメントが必要なのだと改めて思いました。湧いてきた心配ごとをスルーすることも儀式妨害することも自分からそうしよう、そうしたいと思うことが大切であり効果的に働くのかなと思いました。

《無回答》

- * 前半が抽象的な話でやや分かりづらかったです。3時間 5,000円は他の講演と比較しても高いように感じます。

長野OCDの会からのお知らせ

運営上の都合で10月から12月の月例会は休止させていただきます。

2017年1月からの再開を目指して準備中です。

詳細は、長野OCDの会ホームページにてお知らせしますのでよろしくお願い致します。

なお、12月17日(土)お昼には忘年会を開催予定です。

お近くの方はぜひご参加ください。

長野OCDの会

<http://naganoocd.web.fc2.com/index.html>



メルマガの感想、取り上げてほしいことなどありましたら、下記の「OCDの会」までお願いします。

登録メールアドレスの変更 メルマガの購読解除、その他お問い合わせは、下記の「OCDの会」までお願いします。

配信元：OCDの会

電話：090-1342-7808 (留守電の時は、メッセージを残して下さい。後でかけ直します)

メール：ocd2004@gmail.com URL：http://ocdnokai.web.fc2.com/

**※熊本県精神保健福祉センターへの当会活動に関するお問い合わせはお断りしております。
会の携帯かメールへお願いします。**