



とらわれからの自由を つかもう

2016.10.10
第11号

第13回市民フォーラム &行動療法研修会 in静岡のお知らせ

目次

静岡フォーラム&研修会お知らせ

1~3

毎年各地で開催しています市民フォーラムと研修会ですが、今年は初の静岡での開催となります。静岡OCDの会が発足して以来世話人のすいかさんが熱心に活動をなさっている静岡での開催がやっと実現しました。是非、皆様のご参加お待ちしております。

【行動療法研修会】

日時：2016年12月3日(土)

《WS-1,2》9:00受付開始 9:30~12:30 (質疑応答含む)

《WS-3》13:00受付開始 13:30~16:30 (質疑応答含む)

会場：レイアップ御幸町ビル 静岡市葵区御幸町 11-8 レイアップ御幸町ビル 5階

受講料：一般 4,000円 ・ 専門職 5,000円



WS-1「辛い辛いエクスポージャーと苦しい苦しい儀式妨害;でも終われば何故また続けられるの?」

講師:原井 宏明先生 時間:9:30-12:30 定員:70名

不潔恐怖でも確認強迫でも、加害でも被害でも、症状は様々でも治療の原則はERP(エクスポージャーと儀式妨害)です。

そして、この2つが辛くて苦しいのも変わりません。恐ろしくてやっぱりできない・しないという方は大勢おられます。

ちょっとやってみただけだけどやっぱり無理・やめたという方もかなりおられるでしょう。「やさしくわかる強迫性障害」「やめたいのに、やめられない(強迫性障害は自分で治せる)」「強迫性障害を自宅で治そう!」などの本を読んでみただけけど途中で投げ出したという方もあるでしょう。

ERPは-これに限らずSSRIだってそうですが-やってみるまではわかりません。逆に言えばわかるまでやってみることが必要です。

でも時間をかけて?大変なことをして?いいえ、今、この場で3時間でもできることがあります。OCDは結局のところ、自分自身との孤独な闘いです。そしてそれは今、この場でもできるし、希望があればやりやすくなるし、一緒に闘う人がいれば前に進み続けることができます。他の患者さんの話を聞いていただいたり、治療場面の動画を見ることでその一部を皆さんにも経験していただくことと計画しています。

辛い辛いエクスポージャーと苦しい苦しい儀式妨害によるこそ。



WS-2「家族のための、動機づけ面接トレーニング MIFT(Motivational Interviewing for Family Training)」

講師:岡嶋 美代先生 時間:9:30-12:30 定員:70名

行動を変えた方がいいと思う人が目の前にいると、ついつい伝えてしまう言葉があります。「そんなこと、いい加減に止めたら」「どうしてやめようと思わないの」「無駄だとわかってるでしょ?!」など、間違ったことをして

いる人に間違っているよと伝えることがなぜいけないのかとわからないかもしれませんが、この言葉を止めてみるだけで、いさかいが減ります。そして大事なことは止める代わりに伝える言葉が必要です。伝える言葉の見つけ方、伝えてもいいことばと伝えてはいけない言葉の見分け方、そんな気になる言葉かけを練習します。これらは、動機づけ面接の技法のいくつかを使ったものです。アルコール依存症や薬物依存症などと同じく、強迫儀式依存症になっている当事者を救うために、家族が少しでも言葉かけを変える訓練をして、強迫症に苦しむ 人を支える応援団になろうというものです。この方法は当事者のためになるだけでなく、家族自身にも楽な気分をもたらします。こうして患者さんとの対話がうまくなって病院への受診がなくなったり、自宅訪問を依頼してくる方が出てきました。自宅訪問でできること、集団療法でできることの違いなどにも触れてみようと考えています。



WS-3「魔法のようにみえて魔法でない 行動分析学を技術的側面から語る」

講師:奥田 健次先生 時間:13:30-16:30 定員:100名

いわゆる「トラウマ」的な体験から、すべての食事場面で嘔吐・吐き出し行動が止まらなくなった幼児に対して、「たった1回の直接指導で直す」と母親に宣言した通り、実際にその通りに嘔吐をゼロにした事例を中心に、行動分析学を技術的な側面から解説します。

「行動分析学は科学である」「科学なはずなのに奥田先生みたいに突出したものは誰にでも真似できるものではない」「だから、奥田先生の行動分析学は科学ではない」というような、論理的な過ちは巷に多数存在します。

その勘違いは、恐らく「技術」という側面を無視しているからでしょう。もしくは、芸術と科学を水と油のように思い込んでいるからかもしれません。

芸術にも物理学や数学的な側面があります。当然ですが、芸術には技術的側面が表面的にあらわされやすいため、物理学や数学などを意識する人は少ないでしょうから、上記のような勘違いや思い込みが起こるのでしょう。

スポーツで考えるともう少し分かりやすいかもしれません。スポーツは、最近になってようやく科学的なアプローチが日の目を見るようになりました。

今回の研修では、紹介する事例などから、セラピストがまるでスポーツのような感覚で(世間でいう「反射神経の良さ」などを活かして)クライアントと接していることに気づいていただければと思います。

そして、練習によりその「技術」が向上し、魔法のように見える結果でも、私にしか再現できないようなものではないということにお気づきいただければと思います。



【市民フォーラム】

日時：2016年12月4日(日) 9:00 受付 9:30~13:00(質疑応答含む)

会場：江崎ホール 静岡市葵区七間町 8-20 毎日江崎ビル 9階(青葉通り沿い)

定員：130名 参加費：無料

『 発達障害とこだわり 』

遠藤 雄策先生 (浜松市発達医療総合福祉センター院長)

『 やさしくわかる強迫症/強迫性障害 』

原井 宏明先生 (なごやメンタルクリニック院長・ハワイ大学精神科臨床准教授)

参加受講申込み (全て申し込み必要)

2016年10月10日(月)~2016年12月2日(金)

※ WS1, 2の重複申し込みは出来ません。

専用申込みフォームに必要事項ご記入下さい。受講料をお振込みいただき受付完了となります。

<http://form1.fc2.com/form/?id=77ed1748a955971e>

◎インターネット環境が整っていない方はFAXをご利用下さい。【FAX申込み:10月20日(火)~11月30日(水)】

※※※ 会場案内 ※※※



CSA貸会議室 レイアップ御幸町ビル (行動療法研修会)

静岡市葵区御幸町 11-8 JR「静岡駅」徒歩 3 分
(静岡駅北口地下道出口 E より直進 100m)

江崎ホール (市民フォーラム)

静岡市葵区七間町8-20
毎日江崎ビル9階(青葉通り沿い)
JR「静岡駅」徒歩 10 分

講師紹介

奥田 健次

行動コーチングアカデミー代表 / 桜花学園大学大学院客員教授

1994 年から訪問型心理相談業務を開始。2000 年から大学助手、2005 年から准教授、2012 年大学院客員教授。法政大学大学院、早稲田大学、愛知大学などで教鞭をとる。2011 年、西軽井沢にあった廃校を行動コーチングアカデミーとして再生し、2012 年に開校。
1999 年、内山記念賞 (日本行動療法学会) 受賞。2003 年、日本教育実践学会研究奨励賞受賞。2008 年、第 4 回日本行動分析学会学会賞 (論文賞) 受賞

原井 宏明

なごやメンタルクリニック院長・専門行動療法士 動機づけ面接トレーナー

1984 年岐阜大学医学部卒業、ミシガン大学文学部に留学 (文化人類学専攻)。1985 年神戸大学医学部精神科で研修。1986 年国立肥前療養所精神科医師。1998 年国立菊池病院精神科医長。2001、2002 年ハワイ大学精神科アルコール薬物部門留学。2003 年国立菊池病院臨床研究部長。現職は医療法人和楽会なごやメンタルクリニック院長、精神保健指定医、日本行動療法学会認定専門行動療法士、動機づけ面接トレーナー

岡嶋 美代

千代田心療クリニック / なごやメンタルクリニック心理療法士・専門行動療法士

2004 年熊本大学大学院医学研究科修士課程 (医科学) 卒業。2005 年国立病院機構菊池病院臨床研究部心理療法士。現在まで同臨床研究部共同研究員。2008 年より医) 和楽会なごやメンタルクリニック、また 2014 年より千代田心療クリニックにも勤務。

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。**