



こころに寄り添い 地域とともに

ハートランドしぎさん

HEARTLAND SHIGISAN HOSPITAL

認知行動療法 研修プログラム

学ぶ・実践する・ふりかえる



日本における**精神療法教育**の**現状**

“知識”だけでは身につけにくい領域



薬物療法



論文や書籍から
学びやすい



エビデンスを
確認しやすい



多くの指導医が
標準的治療を教えられる



精神療法



体系的に学べる
機会が少ない



教える側も十分な
教育経験が少ないことがある



知識を患者さんに
応用するのが難しい



精神療法は、“読む”だけでなく
“見る・実践する・振り返る”教育が重要です

だから、HEART-CBT Program

精神療法、とくに認知行動療法を体系的に学べる仕組み

1 日本で、精神療法教育が体系的に行われている施設は非常に限られています



2 認知行動療法はエビデンスレベルの高い精神療法ですが、体系的に学べる施設は多くありません



3 当院では、精神療法、特に認知行動療法を体系的に教育するシステムを確立しています。



体系的な教育で、
臨床に生きるCBTを育てる。



CBTを、
知っているから、**使える**へ。





HEART-CBT Program

Heartland Education, Application, Reflection, and Training in CBT



1 毎朝のミニ勉強会

毎朝、短時間で
知識をアップデート



2 支持的精神療法の 面接ビデオを共有し、 複数の指導医が指導

実際の面接ビデオを共有し、
複数の指導医から多角的に学ぶ



6 世界のエキスパートの ビデオ鑑賞と、 日本のエキスパートからの指導

世界のエキスパートの
面接を視聴し、日本の
エキスパートから指導を受ける



学び
実践
ふりかえり
深める

3 厚生労働省 認知行動療法研修事業 を受講

公的な研修事業で、
CBTの専門性を高める



5 院内集団 スーパービジョン

仲間と事例を検討し、
多様な視点から学ぶ



4 院内個人 スーパービジョン

指導医との1対1で
丁寧にフィードバック



毎週の症例カンファレンスに応用



認知行動療法の礎

— その理念は、今も未来へとつながっています —



アーロン・ベック先生

アーロン・ベック先生が
認知行動療法を開発し、
ベック研究所を設立しました。



ジュディス・ベック先生

現在は、ジュディス・ベック先生が
ベック研究所の所長を務めています。



アーロン・ベック先生

ジュディス・ベック先生



2023年



ジュディス・ベック先生

初来日で当院を視察

Welcome



—— 2024年 ——

大野裕先生・アレン・ミラー先生 当院を視察



日本の認知行動療法の第一人者

大野裕 先生



ベック研究所 教育責任者

アレン・ミラー 先生



当院の認知行動療法教育の取り組みを視察



2024年 当院視察時の記念写真

2024年 学会発表

— 国際学会で当院の取り組みを発信 —

Conference
Presentation



**20th WPA Congress of the
Epidemiology and Public Health Section 2024**

📍 Bangkok, Thailand



院内個人スーパービジョン

*One-to-One
Supervision*

≡ 1対1で丁寧に学びを深める ≡

指導医と個別に振り返りながら、
面接技法やCBTの実践力を磨きます。





Beck Institute より表彰

日本における 認知行動療法の普及への 功績を称えられました

日本における認知行動療法 (CBT) の普及に対する卓越した貢献に対し、ベック研究所から感謝とともにその功績を称えられました。

“Outstanding Contributions to the
Dissemination of CBT in Japan”

日本でのCBT普及への卓越した貢献



当院における認知行動療法研修

見学時に、
さらに詳しくご説明します



実際の研修内容や教育体制は、
見学の際にわかりやすくご案内いたします。

Welcome!

