

令和7年度 認知行動療法ワークショップ

～専門職としての力量を高める3つのチカラ～

主 催 社会福祉法人 京都府社会福祉協議会

京都府社会福祉協議会は、「つながりをとおして、だれもが尊厳をもって生きることができる 京都」の実現を目指しています。このため、福祉の専門職としての人材育成と、働きがいと魅力のある福祉職場づくりを支援しています。

1. 開催のねらい

本研修会は、竹田伸也先生の著書である「認知行動療法ワークショップ～専門職としての力量を高める3つのチカラ～」を使用して、「認知行動療法」の知識と技法を学び、支援者が実践で悩み対応に苦慮しがちなアセスメント・支援方針・援助技術の力を身につけます。悩みやストレスなどで固くなった考えや行動も「認知行動療法」を用いて柔らかくし自由に考え行動できるようにすることにより、効率を上げ、ストレスをなくし、より良い支援と自分自身の心の安定を図ることを目指します。

2. 受講対象 社会福祉施設職員・市町村社会福祉協議会職員

3. 開催日程

	日 時	会 場	定員
1 日目(第 1 部)	10 月 21 日(火) 13:30～16:30	オンライン開催(ZOOM)	60 名
2 日目(第 2 部)	11 月 20 日(木) 13:30～16:30		

4. プログラム (予定)

12:50～13:20 13:20～13:30	ZOOM 入室 ※接続に不安がある方はお早目に入室ください 開会あいさつ・オリエンテーション	
13:30～16:30	【講義】1日目:認知行動療法の基本を装備しよう 1:対人援助に必要な力量 ・対人援助職に必要な力量とは ・支援がうまくいかないのにはわけがある ・信頼関係はあらゆる支援の土台となる 2:認知行動療法が支援の力量を高めるわけ ・認知行動療法はなぜ効くのか ・認知行動療法の特徴 3:行動レンズを使って相手を理解する ・行動レンズを手に入れよう ・行動のカラクリはとてもシンプル 4:認知レンズを使って相手を理解する ・認知は気分や行動に影響を与える ・認知レンズを手に入れよう	【講義】2日目:実践に応用して力量を高めよう 5:相手をアセスメントする力量を高める ・問題をとらえる力を磨く ・問題をコンパクトにする力を磨く ・過剰行動が減らない理由を読み解く力を磨く 6:相手に合った支援方針を立てる力量を高める ・問題の悪循環を読み解く力を磨く ・相手にピッタリ合った目標を立てる力を磨く ・過剰行動の悪循環を断ち切る力を磨く 7:相手の変化を促す援助技術の力量を高める ・環境を整えて行動を変えろ力を磨く ・ネガティブな認知の力を弱める力を磨く

※講義内容は予定です。告知なく変更になる場合があります。ご容赦くださいませ。

5. 講師 竹田 伸也 氏 鳥取大学医学部臨床心理学専攻 教授



●プロフィール

鳥取大学医学部臨床心理学専攻教授。香川県丸亀市出身。鳥取大学大学院医学系研究医学専攻博士課程修了。「生きづらさを抱えた人が、生まれてきてよかったと思える社会の実現」を臨床研修者として最も大切にしたい価値に掲げ、全国の仲間と共同しながら研究や教育、執筆、講演等を行っている。
研究活動:うつ病などの心理療法の開発、心の健康、地域共生社会など

6. 受講料

会員・非会員の区分	受講料(資料代込み)
京都府社会福祉協議会 会員施設・事業所職員	受講者 1 名につき、5,000 円
京都府社会福祉協議会 賛助会員,非会員施設・事業所職員	受講者 1 名につき、10,000 円

*京都府社会福祉協議会の会員加入方法については☎(075)252-6291 までお問い合わせください。



*本研修は
「認知行動療法ワークショップ～専門職としての力量を高める3つのチカラ～」
竹田伸也著(中央法規出版株式会社)を基に企画制作されています。
より学びを深めたい方は Amazon kindle, 楽天 kobo 各電子書籍ストアにて
お求めください。※現在、本書籍はデジタル書籍版のみの発行となります。
(2,420 円 税込)

※本研修ではレジュメを用意しておりますので、受講に際して本の購入は不要です。

7. オンライン研修についての受講環境

- ①PC またはタブレット ※1 人 1 台カメラ・マイク付きの端末を御用意ください。
- ②インターネット環境(可能であれば有線 LAN の方が安定していると言われています)
- ③研修受講の環境(事務所等、周りに人がおられる環境での視聴の際はイヤホンの使用を推奨します)

8. 申込方法等

- (1)申込フォーム(<https://forms.gle/a5RgC3wr31pdvjUh6>)より

9月16日(火)17:00 までにお申し込みください。

右の QR コードからもお申込み可能です。



- (2)定員超過のお申し込みがあった場合には、**抽選で参加者を選定**いたします。

受講の可否については、10 月初旬までに文書にて御連絡いたします。

※期日までに通知が届かない場合、下記連絡先までご連絡ください。

- (3)受講料は受講決定通知書に同封する「ゆうちょ銀行・払込取扱票」により **10月10日(金)**までにお支払い
ください。払込手数料は御負担願います。なお、**受講の事前取消し、当日の欠席の場合でも、払込後の
受講料はお返しいたしませんので予め御了承願います。**

- (4)個人情報取扱:「受講申込書」記載の個人情報は、当研修の適正かつ円滑な実施の目的のみに利用いたします。

9. その他

【インボイス適格請求書について】

この研修は課税対象研修です。インボイス適格請求書は受講のお知らせと一つにまとめた文書として
発行します

【領収証】

すべての研修で領収証の発行は行っていません。

本講座に関するお問合せ先 **京都府社会福祉協議会 福祉人材・研修センター(研修課)**

TEL:075-252-6296 FAX:075-252-6312

〒604-0874 京都市中京区竹屋町通烏丸東入清水町 375 ハートピア京都 地下 1 階

担当:上月 mail:s-kozuki@kyoshakyo.or.jp