

主催 MiCBTインスティテュート日本支部  
マインドフルネス統合認知行動療法 MiCBT  
2日間入門ワークショップ & 臨床実践基本コース  
受講者募集

2014年より開催されているMiCBTの2日間ワークショップとウェブ会議ソフトを使ったコース第4弾目。

オーストラリアのMiCBT Instituteブルーノ・カイユン博士の許可の元、内藤美加子先生によるトレーニングコースを2つ実施することとなりました。

「2日間入門ワーク・ショップ」と、そこで学んだことを実際に体験したい方のための「臨床実践基本コース」です。今回は東京での開催です。ご関心のあるみなさん、ぜひMiCBTと一緒に学びましょう。

MiCBTインスティテュート日本支部 事務局長 馬見塚珠生

### ① MiCBT 2日間入門ワーク・ショップ

MiCBTの論理的根拠や基本的なテクニックを学ぶワークショップです。

時： 2017年7月15日（土）& 16日（日）10時～17時

ところ： オムソーリ御茶ノ水 <http://liva.co.jp/about/map02.html>  
東京都文京区本郷2-3-7 お茶の水元町ビル1階

最寄駅：JR中央線水道橋駅東口より徒歩7分、JR中央線御茶ノ水駅より徒歩8分

受講料： 30,000円

定員： 25名

参加資格：医師、臨床心理士、精神保健福祉士等メンタルヘルス専門職

### ② MiCBT 臨床実践基本コース※1

MiCBTを実際に体験し、将来臨床現場でも活用したい方のためのコースです。①のMiCBT2日間入門WSで学んだ知識をもとに、9回分のビデオ会議システムZOOMによるグループ・セッション※2を行います。

時： 2017年7月30日、8月6日、13日、20日、27日、  
9月3日、10日、17日、10月1日  
いずれも日曜日10時～12時

受講料： 50,000円

定員： 10名（先着順とさせていただきます）

参加資格：医師、臨床心理士、精神保健福祉士等メンタルヘルス専門職

※1 ①のMiCBT2日間入門WSを履修された方のみ受講いただけます。

※2 MiCBT Instituteの規約により、2日間入門WSの履修だけではMiCBTを患者さんに適用することはできません。必ず、9回分のグループ・セッションを修了後、臨床実践応用コースあるいは個人的にスーパービジョンを受ける必要があります。なお、ズームによるグループ・セッションは、全日程への参加が必要です。

### 申し込み方法：

MiCBTインスティテュート日本支部までメールにて ① ご希望のコース② ご住所③ お名前④ お電話番号⑤ ご所属⑥ メールアドレス⑦ 臨床心理士の方は臨床心理士番号（資格継続研修ポイント申請予定）を明記の上、お申込みください。

➡申し込みメールアドレス：micbt.nihon@gmail.com

申込み期日：2017年7月2日(日)【定員になり次第〆切らせていただきます】

## MiCBT（マインドフルネス統合認知行動療法）とは？

詳細はMiCBT Institute公式HPで！ ➡<http://www.mindfulness.net.au/>

アメリカやオーストラリアでは主流の心理療法である認知行動療法と、ビルマの伝統的な瞑想法ヴィパッサナー瞑想に基づいたマインドフルネスを、理論的にも実践的にも完全統合させた心理療法です。

- 「思考が体に感覚を生み、そしてその感覚に対する反応が心理的苦痛を生み維持する」という思考・感覚の共発生モデルを基盤とし、マインドフルネス瞑想の練習を使ってその反応をなくしていくというのが原則。従って、うつからパーソナリティ障害にいたるまでの多種多様とされているさまざまな心理的疾患も、全て「感覚に対する反応である」という共通点を通して治療してゆけます。うつ、不安、PTSD,慢性疼痛等への治療効果が実証されてきています。

### ブルーノ・カイユン博士（臨床心理士）

MiCBT（マインドフルネス統合認知行動療法）主要開発者

MiCBT インスティテュート代表取締役

インドやネパールなどのマインドフルネスセンターで、1989年よりマインドフルネス瞑想の集中的修行をする。オーストラリアのタスマニア大学で臨床心理学を学ぶ傍ら、マインドフルネスと認知行動療法を統合させてMiCBTを開発。2003年より心理士などの援助職従事者を対象にMiCBTの指導にあたる。現在ではニュージーランド、香港、シンガポール、カナダやアイルランドなどでもMiCBTの教習に携わる。また、オーストラリア内外の大学と連携してマインドフルネスの研究も常時進めている。

主な著書：

MiCBT-Principles and Practice (Wiley-Blackwell,2011)

MiCBT for Well-being and Personal growth (Wiley-Blackwell,2014)



### 内藤 美加子先生（臨床心理士）

MiCBT インスティテュート認定心理士

大阪出身。オーストラリアのクイーンズランド工科大学とグリフィス大学で認知行動療法を学ぶ。臨床心理学修士。自閉症スペクトラムの権威トニー・アトウッド教授のマインズ&ハーツクリニック勤務や、個人心理クリニックの経営を経て、現在はゴールドコースト南部のリビングウェル心理クリニックに勤務。2010年よりブルーノ・カイユン博士にMiCBTを学び、2013年に準修士を獲得。MiCBTを主な療法として幅広い患者層に心理治療を施す傍ら、心理士などを対象にMiCBTの指導にも携わる。

★ MiCBT Institute の HP を内藤先生が日本語に翻訳されています。

➡<http://www.mindfulness.net.au/what-is-micbt-jp.html>

