

パニック症
に対する
内部感覚
エクスポージャー
研修会

7月30日（日）

10時 - 16時 途中1時間休憩

対 象 | パニック症の治療を行う医療関係者
場 所 | 原井クリニック 東京都中央区京橋2-6-6藤木ビル2F
参加費 | 44,000円（税込）事前振込
講 師 | 原井 宏明 院長

お問合せ先 原井クリニック（松浦）
MAIL: yoyaku@harai.net TEL: 03-3538-6055

エクスポージャーといえば何をイメージしますか？ 原井クリニックと関連付けて考える方の場合はトイレや最悪のストーリー等を思い浮かべるかもしれませんが。恐怖症と関連付ける方は高所や蛇などを思い浮かべるかもしれませんが。実は、このような形があるものや言葉で表現できるもの以外もエクスポージャーの対象になります。たとえば、本人自身が経験する情動や感覚もーこれ自体は周りから提供することができないものですーもエクスポージャーの対象になります。これを内部感覚エクスポージャーと呼び、パニック症に対する治療として開発されました(原井宏明, 2010)。パニック症に対する認知行動療法には認知修正や呼吸訓練、VRなどさまざまなやり方がありますが、最近のメタアナリシスによれば内部感覚エクスポージャーがもっとも有効な方法です(Pompoli et al., 2018)。

本研修会では以下の4つを取り上げます。

- 1.セルフモニタリングと動機づけ
- 2.頓服の使用を含めた安全確保行動（儀式）を妨害することの重要性とその方法
- 3.エクスポージャーの実際
- 4.治療目標の見直しを含めた、上手く行かない時のバックアップ

文献・参考資料

原井宏明. (2010). 内部感覚エクスポージャー. In 対人援助職のための認知・行動療法—マニュアルから抜けだしたい臨床家の道具箱 (pp. 129–132). 東京: 金剛出版.

Pompoli, A., Furukawa, T. A., Efthimiou, O., Imai, H., Tajika, A., & Salanti, G. (2018). Dismantling cognitive-behaviour therapy for panic disorder: A systematic review and component network meta-analysis. *Psychological Medicine*, 48(12), 1945–1953.

<https://doi.org/10.1017/S0033291717003919>

パニック症に対する患者さん向け説明資料

原井クリニックのHPからダウンロードできます

<https://drive.google.com/file/d/1bl8voPow6j2W07nahX8z5Zwn4DipBY7S/view>

講師 原井 宏明

原井クリニック院長, (株)原井コンサルティング & トレーニング代表取締役。京都市出身。1984年岐阜大学医学部卒業、国立肥前療養所、国立菊池病院、和楽会なごやメンタルクリニックを経て現職。

[免許・資格・所属学会等]

日本精神神経学会認定 精神科専門医・指導医、精神保健指定医、日本認知・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(MINT certified trainer)

交通アクセス

■電車の場合

- ・地下鉄銀座線 京橋駅 6番出口から徒歩2分
- ・都営浅草線 宝町駅 A6,A7番出口から徒歩3分
- ・JR東京駅 八重洲地下街24番出口から徒歩5分

■お車の場合

提携している駐車場はございません。
近隣有料駐車場をご利用ください。

■申込方法

右QRコードまたは原井クリニックHPからお申込みください
上限人数に達した時点で締め切らせていただきます

■お問合せ先

TEL 03-3538-6055 MAIL yoyaku@harai.net

