

ヘルスカウンセリング学会主催

2017年「第2回」講師会研修

～ パワーポイント資料 ～

開催日：2017年12月5日（火）

午前10時～12時、午後13時30分～17時

場 所：筑波大学東京キャンパス文京校舎1階120教室

参加資格：ヘルスカウンセリング学会公認講師及び学会公認資格者

講 師：宗像恒次（筑波大学発 SDS 情動認知行動療法研究所長、筑波大学名誉教授、SAT 法開発者）

午前プログラム

1. 情緒安定度の基準値達成

①不安気質の現在発現、ADH 症、AS 症、不安傾向度、セルフ演習によるあるがまま法による情緒安定度の確認

↓

②セルフ演習による光イメージ法と片鼻呼吸法の併用（ADH 症 0 点へ、不安気質発現 3 点以下、対人負担感の低下、場面別負担感の低下、ストレス源の減少）

2. 代理顔表象法による心的外傷の消失

③心的外傷度の確認

④セルフ演習による代理顔表象法（心的外傷度の低下）

3. 情緒安定度 80%以上の達成

⑤ペア演習による代理顔表象化完了法（不安傾向度 40 点以上→不安傾向度 40 点未満、あるがまま法による情緒安定度 80%未満→80%以上）によって基準値達成

⑥セルフ演習による代理顔表象法（→基準値：自己価値感 9 点以上、自己抑制度 0 点、情緒的支援家族 8 点以上、家族以外 8 点以上、問題解決度 19 点以上、対人依存度 3 点以下、不安傾向 20 点台）

午後プログラム

4. 幼少期再解決による問題行動変容法の実施

①幼少期再解決による簡略版問題行動変容法のセルフ演習

5. 祖先期再解決版による問題行動変容法と行動パターン変容法の実施

②祖先期トラウマチェックを実施する

③父系由来と母系由来の祖先期再解決による簡略版問題行動変容法のセルフ演習

④父系由来と母系由来の世代間伝達行動パターン変容法のモデリング演習

ヘルスカウンセリング学会主催

2017年「第2回」講師会研修

～ 演習資料 ～

午前

・不安気質	25
・ASRS尺度	26
・AQ尺度	27-29
・簡略版あるがまま法の一部	30
・気質多様性による対人負担感チェック	31
・場面別負担感チェック	32
・ストレス源チェック	33
・光イメージ法 / 回答紙①	34-35
・代理顔表象化完了法 / 回答紙	36-37
・簡略版あるがまま法の一部	38
・不安気質、不安傾向度尺度	39
・心的外傷体験チェック	40
・代理顔表象法 / 回答紙 / 回答紙②	41-43

午後

・簡略版幼少期再解決法による問題行動変容法	44
・祖先期トラウマチェック	45
・母親に対するアンビバレンス感情尺度	46
・父親に対するアンビバレンス感情尺度	47
・簡略版祖先期再解決による問題行動変容法	48-49
・親の絶品顔法	50
・世代間伝達行動パターン変容法	51-52
・表1 母系祖先期サバイバル型行動パターン表	53
・表2 父系祖先期サバイバル型行動パターン表	54
・表3 問題解決のための共生型行動パターン表	55