

桜前線の北上が話題にのぼる時節がやってまいりました。ヘルスカウンセリング学会員の皆様におかれましてはいかがお過ごしでしょうか？

それでは「ヘルスカウンセリング学会」メルマガをお届けいたします。

-----目次-----

1. 第28回ヘルスカウンセリング学会大会大会長挨拶
2. 学会大会の口頭発表者の募集
3. 学会大会情報発信のお願い

1. 第28回ヘルスカウンセリング学会大会大会長挨拶

第28回ヘルスカウンセリング学会大会



大会テーマ：「心の危機を自らカウンセリングして、幸せになる時代」

日時：2021年9月25日（土）・26日（日）

開催方法：オンライン開催

【大会テーマ主旨】

宗像恒次（学会会長・筑波大学名誉教授）

2021年1月21日理事会において、今年度の大会テーマ「心の危機を自らカウンセリングして、幸せになる時代」が決められました。

心の危機とは、私たちの通常のストレス対処行動では予期不安がうまれ、持続すると抑うつが生じる状態にあることです。そうした心の危機にあるとき、私たちは一般にお互い相手の気持ちの傾聴、共感というカウンセリングという支援が必要と考えられています。しかし自分自身の気持ちで相手の気持ちを聴いても相手の本当に言いたいことを聴くことは出来ないブロッキングが生じやすく、簡単には傾聴できず自己満足で終わることもよく知られています。

私たちの気持ちをつくる感情は世代間伝達し、それを私たち自身がコントロールできるというより、一定の状況のもと身体感覚として条件づけされており、それを制御することは困難です。感情は脳扁桃体に記憶され、思考力で「考え方」を変えるだけではコントロールすることはできません。身体違和感をつくりだす不安、

恐怖、怒り、悲しみなどの扁桃体記憶は、光イメージや顔イメージや光景イメージで「感じ方」を変えることができる構造的(Structured)にひらめき力(Association)を持てるようになれる SAT 法という技術(Technique)をもてると、身体感覚を身体良好感に変えられ、喜び、幸せなどウェルネスを実現することが出来ます。

今日新型コロナウイルス感染の拡大に伴いさまざまな予期不安が生じ、心の危機に陥っている方が多くなっていますが、本学会が普及をはかっている SAT 法を訓練できればどのような心の危機も前向きにでき、9月の大会においても乗り越え力(レジリエンス)を高められる方法として経験的、技術的に検討できればと思います。

2. 学会大会口頭発表者の募集

口頭発表を催します。どしどしお申し込み下さい。発表予定の方は、演題、氏名、所属、連絡先を明記のうえ、メール、葉書、あるいはファックスで下記事務局へお申し込みください。

抄録はワープロあるいはタイプでA4版の用紙1枚以内におまとめください。
レイアウトは上下左右2cm余白、タイトルはゴシックで11ポイント、本文はMS明朝で10.5ポイントで作成してください。抄録の書き方の詳細については後日HPに掲載いたします。

まだ入会されていない方の演題も受け付けますので、演題申し込みと同時に入会手続きを済ませてください。

皆様のお申し込みをお待ちしております。

なお、口頭発表は人数制限がありますので、あらかじめご了承ください。

テーマ各締切 2021年6月16日(水) 17:00

抄録提出締切 2021年6月30日(水) 17:00

抄録の書き方は後日HPに掲載いたしますので、そちらをご参照ください。

お願い：抄録はEメール (info@healthcounseling.org) にて送付頂けると大変助かります。

〈送付先〉

NPO 法人ヘルスカウンセリング学会

送付先：〒272-0023 千葉県市川市南八幡 4-12-5-801

Tel : 047-314-1959 Fax : 047-300-8277

3. 学会大会情報発信のお願い

皆様にご協力をお願いをさせて頂きたいのは、一般の方々を含め広く多くの方々に学会大会にご参加いただけるよう、「大会チラシ」完成後(5月中に完成予定)の配布をお願いしたいと思います。

配布方法は、EメールやSNSで情報発信して下さると大変助かります。

またJPEG・PDFデータが必要な方は、チラシ完成後HPに掲載いたしますのでヘルスカウンセリング学会事務局までお知らせください。

Eメール (info@healthcounseling.org)

-----発行元-----

ヘルスカウンセリング学会事務局

〒272-0023 千葉県市川市南八幡 4-12-5-801

電話：047-314-1959 FAX：047-300-8277

E-mail：info@healthcounseling.org

<http://www.healthcounseling.org/>