

## 国際スキーマ療法資格取得トレーニングコースについて

千葉大学子どものこころの発達教育研究センターでは、昨年度日本で初めて、スキーマ療法の国際資格が取得できるトレーニングコースを開催しました。

スキーマ療法とはアメリカの心理学者の J.Young によって体系化された、認知行動療法をも内包する統合的な心理療法です。スキーマ療法は近年、パーソナリティ障害のみならず、慢性うつ病、PTSD、難治性 OCD、高機能自閉スペクトラム症などの、いわゆる「複雑事例」や複雑な疾病に対しての治療効果が報告されつつあります。スキーマ療法は、長期的で慢性的な問題に対し、生得的特徴や幼少期の体験により構成された認知的・感情的体系である「早期不適応的スキーマ」や、環境に対する過剰で不適応的な反応である「スキーマモード」に介入し、「その人のパターン化した過剰で不適応的な対人的反応」を軽減させ、より適応的な対人的反応に変えていくことを目的としています。そのため、診断に関わらず、感情調節が苦手な慢性的な不適応を繰り返すクライアントに対して適応できます。

このトレーニングコースは、インテンシブトレーニングが8日間、その後、20回（希望者によって40回）のSVを通して、体系的にスキーマ療法のスキルを身につけることができる国際スキーマ療法士の資格に準拠した、トレーニングコースです。20回のSVのあと、国際スキーマ療法協会にセッション（録音と英訳したセッション内容）を提出することで、合格すれば、国際スキーマ療法士のスタンダード資格が授与されます。

### 【講師紹介】

大島郁葉 子どものこころの発達教育研究センター講師。

医学博士/臨床心理士/Trainer-Supervisor Schema Therapist

日本で初めてスキーマ療法のトレーナー資格を取得する。

専門は思春期以降の高機能自閉スペクトラム症者。