

## ▼お申込方法

①電話・FAX・E-mailにてお申込みください。

**TEL** 03-3433-2721  
【月～土 10:00～18:00、祝祭除く】

**FAX** 03-3433-2752

**E-mail** support@insight-counseling.com

\*いずれも、「初級コース申込」とした上で、お名前、ご住所、電話番号(日中の連絡先)、メールアドレス、ご職業をお知らせください。

②参加費は、お申し込み後、お早目下記口座へお振込みください。お振込確認の時点で、お申込完了といたします(当日のお支払いはできません)。定員になり次第募集を締め切ります。

銀行振込 三菱UFJ銀行 新橋支店  
普通 4920311  
(株)インサイト カウンセリング  
代表取締役 大嶋信頼(オオシマ ノブヨリ)

③ご都合で参加できなくなった場合、必ず取り消しのご連絡をお願いいたします。  
10月15日(火)18時までにご連絡いただいた取り消しについては、手数料1,100円を差し引き、残金を返金いたします。それ以降の取り消しの場合、返金できませんのでご了承ください(日・祝は弊社休業のため、電話・メールへの応答は致しかねます。)

▼講師 スケジュールの都合により変更される場合があります

**米沢 宏** 精神科医・医学博士 Hiroshi Yonezawa

ジャパンEAPシステムズ取締役/顧問  
筑波大学、同大学院修了。医学博士。精神科専門医・指導医。  
認定産業医。臨床心理士。

精神科臨床に加え、産業精神保健、依存症問題、家族問題、思春期問題、PTSD問題、組織論、カウンセラー養成など幅広い領域で活躍している。

**大嶋 信頼** 心理カウンセラー Nobuyori Ohshima

米国・私立アズベリー大学心理学部心理学科卒業。アルコール依存症専門病院、周愛利田クリニックに勤務する傍ら東京都精神医学総合研究所の研修生として、また嗜癮問題臨床研究所付属原宿相談室非常勤職員として依存症に対する対応を学ぶ。嗜癮問題臨床研究所付属原宿相談室室長、株式会社アイエフエフ代表取締役を経て、現在株式会社インサイト・カウンセリング代表取締役。

**泉 園子** 公認心理師・臨床心理士 Sonoko Izumi

お茶の水女子大学大学院人間文化研究科修了。株式会社IFF電話相談室室長、IFF相談室室長を経て、現在株式会社インサイト・カウンセリングに所属し、カウンセリング業務を行う。2003年4月から2013年3月まで世田谷区鳥山保健福祉センターにて、酒害相談、依存症相談のファシリテーター及び講義、講演等を担当。



|        |   |
|--------|---|
| 会場     | TKP新橋汐留ビジネスセンター<br>東京都港区新橋4-24-8 第2東洋海事ビル<br>TEL03-5425-4626(事務所直通) |
| 交通アクセス | ●JR山手線「新橋駅」烏森口 徒歩4分<br>●都営浅草線「新橋駅」A1出口 徒歩3分<br>●ゆりかもめ「新橋駅」徒歩5分      |

# FAP (Free from Anxiety Program) セミナーのご案内

2019. 10. 26(Sat) - 27(Sun)

FAP療法ver.3.0

Beginners Course

## 株式会社インサイト・カウンセリング

東京都港区東新橋2-16-3 カーザベルソーレ4F  
TEL 03-3433-2721 FAX 03-3433-2752

FAP初級についての詳しい説明はHPでご覧いただけます

<https://insight-counseling.com>

FAP初級コース 10/26(土)15:00~19:00  
27(日)10:00~16:00  
(昼休憩1時間含む)

参加料 64,000円

# FAP Beginners Course

# 進化する！セラピー

# F A P

## Methodのシンプルさ

FAPはカウンセリングの基本理念に基づいている療法です。身体レベルでのコミュニケーションを行いながらも、ミラーニューロンを介して心・脳・体の三位一体という深いレベルでの共感が行われています。

## PTSDの治療の為に

FAP療法はPTSD治療の為に開発された心理療法です。

PTSD(心的外傷後ストレス障害)は、死に直面するようなショッキングな体験をした後、突然襲ってくる恐怖で緊張が下がらず疲弊して、悪夢で睡眠が取れずに鬱状態になるなどの症状になります。PTSDの元になっているショッキングな体験は過去の体験なのに、フラッシュバックが起きるとそれが再び現実に起きている感覚になり、ショック場面の恐怖を繰り返し体験する事になり、脳にダメージを与えてしまいます。

FAP療法は、そのフラッシュバックや悪夢などの症状を軽減させることを目的に開発されました。

## PTSDの仕組みを理解する

人の記憶は感情によって整理されています。PTSDはショッキングな体験によって記憶が適切に整理されない事で起きる症状である、と考えられています。トラウマのショック刺激から強烈な感情となり、脳はその強烈な感情で記憶を整理できず、整理されなくなった記憶がフラッシュバックとなって本人を苦しめていると考えられます。

## ショック場面とその強烈な感情を統合する方法

これまでのトラウマ治療は、カウンセリングの中でトラウマ体験を言語化させ、治療者が共感してクライアントの感情を引き出し、トラウマの記憶を整理させていく方法が主流でした。暴露療法などは、トラウマの恐怖を徐々にリアルに感じてもらう事で“条件付けを消去”していきますが、その治療効果には治療者の才能と経験が大きく影響してしまいます。

そこで、誰がやっても簡単に効率的にトラウマ記憶を統合させ、短期間でフラッシュバックや悪夢を消失させる方法として確立・発展してきたのがFAP療法なのです。

## 初級FAPは、多くの治療時間を通じて蓄積されたデータに

よって確立された、非常にシンプルな治療パターンを用います。治療者は、ミラーシステムを使ってクライアントに適したパターンを選択し、指を押える順番を指示するだけで治療を行うことができます。もともと脳に備わっているシステムを使うだけですから、複雑な心理構造を考えたり、多くの治療経験を積んだりする必要はありません。

FAPを使ってPTSDの乖離した記憶を探し出し、適切な治療パターンを作って治療します。

## どんな人が使っているの？

精神科医、内科医、歯科医、看護師、心理士、介護士、保育士、鍼灸師、PSW、学校教員などの専門家の方々職場で利用しています。初級FAPは専門家以外の方でもご自身に対して使っていただける療法です。

## どのような症状に効果的か？

FAP療法は心的外傷後ストレス障害(PTSD)を治療するために開発された画期的な心理療法ですが、その他にも、パニック障害、対人緊張、強迫障害、抑うつ感、恐怖心、不安感などに効果的です。対人関係などで「あの人が苦手」というような普段の生活で感じる一般的な問題にも効果を発揮します。

## FAPにはどんなコースがあるの？

### FAP初級コース

援助職や研究職に限らず、FAPに興味を持っている方どなたでもご参加いただけます。

### FAP上級コース

援助職や研究職で、FAPセミナーの参加経験があり、30時間以上FAPパターンの使用経験のある方にご参加いただけます。

### FAPセラピスト

### FAPトレーナー

### FAPスーパーバイザー

\*その他詳細は弊社HP内「FAP資格制度」をご覧ください。

## FAP初級コース 2日間計9時間64,000円

- 1 トラウマはどのように起こるか
- 2 FAPとはどのような療法であるか
  - a. 臨床現場のケースでのFAPを紹介
  - b. FAP療法の手順(3分間で出来る療法)
- 3 実践
  - a. FAP療法を体験
  - b. FAP療法ロールプレイ  
どうして指を押さえることで、クライアントの
- 4 不安感や恐怖心が軽減するのか？
  - a. 脳生理学の観点から。
  - b. トラウマ治療の現場の観点から。
- 5 FAP療法の応用
  - a. どんなクライアントに、どのように導入するか？  
(FAPのパターン)
  - b. FAPを相手が信じなくても効果が得られる？
  - c. 相手の治療抵抗が強いとき(治療抵抗軽減法)
- 6 FAP療法の倫理的注意点