



筑波大学エクステンションプログラム



筑波大学
University of Tsukuba

講座のご案内

受講
受付中

専門家による
指導

エビデンスに基づく臨床心理学講座

コンパッション・フォーカスト・セラピー

座学と実技を交えたプログラムです！

お申し込み締切
2025.
11.3(月・祝)
先着順

趣 旨 本プログラムは、コンパッション・フォーカスト・セラピー（CFT）を支援の中に導入したいという方を対象に、日本で開発された CFT プログラムの実践方法を紹介します。

第1部では、CFT の理論的背景や基本的な考え方を、第2部では具体的な心理教育やエクササイズの方法をロールプレイを通して体験的に学びます。

開催場所 筑波大学東京キャンパス文京校舎（東京都文京区大塚 3-29-1）

開催日程 2025 年 11 月 23 日（日）10：00～16：00（お昼休憩1時間）

第1部 | コンパッション・フォーカスト・セラピー

- ・ CFT の理論
- ・ 主要な心理教育の考え方

第2部 | コンパッション・フォーカスト・セラピーの実践

CFT プログラムの構成、実際の導入方法（呼吸法、イメージエクササイズ、自己批判への働きかけ、ケースフォーミュレーション、コンパッションの手紙など）のロールプレイとディスカッション

講師紹介



筑波大学 人間系 教授
浅野 憲一

受講対象者 心理支援または慢性疼痛支援にかかわる方、心理支援の専門家を目指す心理学を専攻する学生の方

受講人数 定員数 60 名（最小開講人数 12 名）

受講費用 9,500 円（税込）

修了証発行：受講者には筑波大学発行の受講修了証が授与されます

お申し込み
お問い合わせ

筑波大学エクステンションプログラム [コンパッション・フォーカスト・セラピー]

〒305-8550 茨城県つくば市春日 1-2

高細精医療イノベーション棟 1F（受付時間：月～金 9:30～17:00）

お申し込みは HP にて

Tel:029-859-1648

<https://extension.sec.tsukuba.ac.jp>

