

価格は本体価格です

## 認知行動療法による心理療法パッケージ

(ネモト)

### NCBT-1

著者：日本行動療法学会 根本樹宏

<p>テストの標的</p> <p>2014年 9月発売 予定</p>	<p>高校生を取り巻く家庭環境が複雑になり、学校生活や勉学に「無気力」で「投げやり」な態度・振る舞いを示す生徒が多数みられる時代となりました。こうした背景には「ゆううつ」や「不安」、そして「自分なんかダメだ」という「自己否定感」が存在し、その根底には「悲観的な考え方」が共通してみられます。</p> <p>本検査はアロン・ベックの「認知の歪みモデル」を基に、高校生の「悲観的な考え方」や「自己否定感」を改善しようという「認知行動療法」を用いた心理療法パッケージです。</p>
<p>適用年齢</p>	<p>高校生（集団式：学年単位で実施してください。）</p>
<p>実施時間</p>	<p>30分</p>
<p>学校用採点</p>	<p>・集団式／コンピュータ採点 1名分 550円（税込み） 「認知行動療法による 嫌な気持ちを直す 読むドリル」付き</p>
<p>検査の概要</p>	<p>「性格検査」の「自己否定感」と「悲観的な考え方」の間には、0.68～0.89という高い相関関係があり、「自己否定感」とその人の「考え方」には密接な関係があることがわかります。</p> <p>この関係を検討すると、「自己否定感」の強い人は、いつも「悲観的な考え方」をしており、「考え方」が「うつ」や「不安」等のネガティブ感情をつくりだしていることがわかります。</p> <p>逆に言えば「悲観的な考え方」を少しでも「他の考え方」（合理的な考え方や肯定的な考え方）に置き換えることができれば、「自己否定感」は減弱し、「気持ちを明るく」改善していくことができます。本製品はテスト後に生徒に『嫌な気持ちを直す 読むドリル』を「読ませる」ことで、「悲観的な考え方」を修正し「自己否定感」をも改善していこうとする心理療法パッケージです。「生徒が明るくなり、授業がしやすくなる」効果があります。</p>
<p>参考書籍</p>	<p>「愛着障害」 岡田尊司著／光文社新書 「母という病」「父という病」 岡田尊司著／ポプラ社 「境界性パーソナリティ障害」 岡田尊司著／幻冬舎新書 「図解による学習理論と認知行動療法」 福井 至／培風館 「認知行動療法 ステップアップガイド」 福井 至／金剛出版</p>