

価格は本体価格です

メンタルヘルス・ワークブック「看護師」

(こころネット)

Mental Health WorkBook for Nurse

著者 東京家政大 福井 至他

ワークブックの標的	「看護師」特有の「不合理な信念」を修正する、認知行動療法に基づくワークブックとトレーニングブックによる心理療法パッケージ。		
適用年齢	一般成人		
実施時間	数セッション		
用紙・用具	ワークブック	92頁	1冊
	トレーニングブック	120頁	1冊
			3,600円
概略	最初にワークブックで「看護師特有の不合理な信念」や「自動思考」について学習し、次に、トレーニングブックで、いかなるストレス状況でもメンタルヘルス不調に陥ることのないよう認知行動療法による訓練を行います。B5版の本書はバッグの中に入れておき、いつでも認知行動療法トレーニングができます。		
関連書籍	図解による学習理論と認知行動療法 (培風館・福井至) 図説 認知行動療法ステップアップガイド(金剛出版・福井至)		