

第123回 肥前セミナー

「なぜ医療職にマインドフルネスの実践が必要なのか」

—深く聞く・対話する力を育む土台づくり—

講師： Amir Imani 先生 MBSR シニアトレーナー

日時：令和7年2月26日（水）18:00～19:00

場所：肥前精神医療センター内「医師養成研修センター」1F 大ホール

マインドフルネスストレス低減法（MBSR）を開発したジョン・カバット・ジン博士は、マインドフルネスを「意図的に、いまこの瞬間に、価値判断にとらわれず、注意を向けることにより生じる気づき」と定義しました。マインドフルネスの実践を通じ、支援者がプレゼンス「いま・ここ」を意識できることで、深く聞いたり、対話したりすることが可能になります。“マインドフルネス”は近年多くの方に知られるようになり、心理臨床や医療現場でも用いられることが増えてきましたが、マインドフルネスを臨床に活かしていくには、知識として知っているだけでなく、支援者自身が実践を行うことが必要です。また、精神科支援職は極度の感情労働であり、適切な支援を継続的に提供するためには、セルフケアの技術が欠かせません。

この度、MBSRのシニアトレーナーであり、講師養成トレーニングの講師も務める Amir Imani 先生が来日され、当院にお迎えできることになりました。比較的少人数で先生と対話しながら、マインドフルネスの実践を体験できる貴重な機会になると思います。皆様ふるってご参加ください。

※参加無料。事前申込要。先着50名。通訳あり。

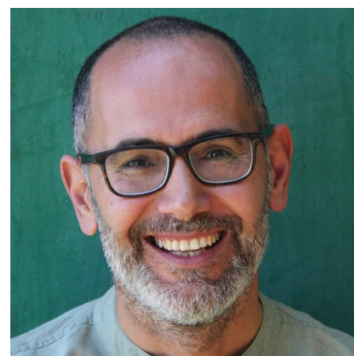
〒842-0192 佐賀県神埼郡吉野ヶ里町三津160
独立行政法人国立病院機構 肥前精神医療センター
肥前セミナー係 松崎 公信（担当 加藤）
TEL 0952-52-3231 / FAX 0952-52-3400

Amir Imani 先生 プロフィール

カナダ・トロント大学でカウンセリングの修士号を取得。トロント大学の精神科でメンタルヘルスの調査研究に従事した後、2000年から心健康における心身の統合の効果とバランスの取れた生活について研究、実践。

マサチューセッツ大学マインドフルネスセンターでMBSR講師資格を取得。2005年よりマインドフルネス講師養成や企業役員および社員研修を実施。John Kabat-Zinn博士、Joseph Goldstein、Larry Rosenbergらのもとで専門的トレーニングを受け、IMAシニアトレーナーとして多くの日本人の教育にも携わっている。

インドに拠点を置くOmega Wellbeingの共同創始者兼Directorであり、MBSRプログラムをベースにした病院の創立にも関わる。



Amir Imani