

産業保健職のための ACT研修ワークショップ2025

—面談に使う・活かす心理的柔軟性モデル—

産業保健の現場で、社員さんとう関係わればいいのか

近年注目されている、行動科学に基づいたアプローチ
ACT(Acceptance and Commitment Therapy/Training)

それは、不安な気持ちやとらわれを「書き換える」のではなく
しなやかな心で、本当に大事なことに向けて進むための方法
とされます

産業医・産業保健職が、ACTを予備知識ゼロから学べて、
現場で活かせるようになるまでフォローする
他にはない研修ワークショッププログラムです



**対象：産業医、産業保健師・看護師、産業心理職
従業員のメンタルヘルスに対応するすべての方々**
※ACT／行動科学の学習歴は問いません。全くの初学者で大丈夫です

ACTは「アクト」と読みます
疾病を持つ人だけでなく、
価値に基づいた人生を歩もうとする
すべての人のためのフレームワーク
「心理的柔軟性モデル」を基盤にしています

合宿研修
2025年
7月12日(土)13日(日)

+事前学習 (講義動画視聴と体験会)
事後学習 (演習と事例検討会)

主催： 職域のACT研究会

このプログラムは、
ACTの第一人者と産業保健の専門家が、産業保健職のために協働して開発したものです
予備知識ゼロから、ACTを理解してスキルを学び、現場で活かせるようになることを目指します
そのため、事前学習(オンデマンド講義動画と体験会)で基礎知識を学んだうえで
一泊二日の合宿で集中的にスキル演習を実地で受け、その後、
産業保健の現場でACTを活かした事例のケースカンファレンスに参加するという
一連のプログラムがセットになった、総合的なゼミナールとなっています

事前学習

講義動画視聴

ACTについての基礎知識を、オンライン・オンデマンドの講義動画で学びます

全5時間程度 (視聴可能期間: 2025年 5月23日(金)～7月11日(金))

内容: ACTのイントロダクション／心理的柔軟性とは／ケースフォーミュレーション／
創造的絶望／エクササイズとメタファー／ACTによる介入／学習情報



講師: 大月友
早稲田大学 人間科学学術院 教授

心理的柔軟性ワークショップ

座学だけでは難しいと感じてしまうACTを、自ら体験的に理解するワークショップです

日時: 下記どちらかにご参加下さい(内容は同じです)

2025年 6月21日(土) 13:30-17:30

2025年 6月29日(日) 13:30-17:30

(どちらも参加が難しい方には 予備日 2025年 6月15日(日) 12:30-16:00)

会場: 〒103-0023 東京都中央区日本橋本町2-3-11 日本橋ライフサイエンスビルディング会議室

オンラインでも参加可能なハイブリッド開催ですが、現地(対面)での参加がお勧めです

内容: 今この瞬間との接触／文脈としての自己／体験の回避とアクセプタンス／
脱フュージョン／ACTにおける価値／コミットされた行為／ACTマトリックス

ファシリテーション:
職域のACT研究会

合宿ワークショップ

ACTと行動科学の知見を実際の面談に活かすスキルを学びます

日時: 2025年7月12日(土) 13:00 現地集合・13日(日) 12:30 現地解散

会場: ニューウェルシティ 湯河原 (〒413-001 静岡県熱海市和泉107)

(JR湯河原駅から無料シャトルバスで10分)(現地開催のみ)

内容: 産業保健面談の構造化／事例性・疾病性と心理的柔軟性／対象者の
ケースフォーミュレーション／Validation・Labelling・Affirming／
対象者の価値を見いだす／アクセプタンスと脱フュージョンを促す／
コミットされた行為へ／介入の実際



インストラクター: 林 幹浩
総合診療医・産業衛生専門医・
公認心理師・メンタルヘルス法務主任者

スキル演習・事例検討会

スキルをさらに演習するとともに、産業保健の事例でケースカンファレンスを行ないます

日時: 第1回 2025年 9月7日(日) 13:30-17:30

第2回 2025年10月5日(日) 13:30-17:30

第3回 2025年11月9日(日) 13:30-17:30

(演習の内容／事例はそれぞれ異なります)

会場: 〒103-0023 東京都中央区日本橋本町2-3-11 日本橋ライフサイエンスビルディング会議室

オンラインでも参加可能なハイブリッド開催ですが、現地(対面)での参加がお勧めです

ファシリテーション:
職域のACT研究会

当プログラムの修了証を、以下の要件をすべて満たした方にお渡しします

「講義動画の全視聴」「体験会への参加(1日以上)」

「合宿ワークショップへの参加」「事例検討会への参加(2回以上)」

参加費: 48,000円 (税込、合宿の宿泊費(一泊二食)の費用込)

(一部のみの参加はできません／キャンセル規定あり)

募集人数: 15名 (参加希望者多数の場合は2026年の受講をお勧めさせていただくことがあります)

お問い合わせ: 職域のACT研究会事務局 (mail: seminar2025@vismed.jp)

参加申し込みはこちら ⇒

このプログラムは、早稲田大学との共同研究として実施しています

