

山王病院脳神経外科副部長 高橋浩一 先生による講演会 『病とメンタルトレーニング』

～いかに現実と向き合うか～

病気になった…ケガをした…

人として、非常に辛く、強いストレスを感じておられることと思います。患者の皆様は大変な苦しみを味わっておられることでしょう。

しかし、その病やケガを患った以上は、その苦しみを現実として受け入れなくてははいけません。その上で、いかにその病と付き合い、ケガの苦痛を克服し、楽しく有意義な人生を送るのか、また、いかに物事を前向きに考え、人として強くなるかを考えなくてははいけないと思います。

私は、数年前よりスポーツ心理学におけるメンタルトレーニングを学ばせて頂いております。スポーツ選手がメンタルトレーニングの指導を通じて強くなることができるのであれば、病やケガに悩む方々にもまた、メンタルを強化することで、逞しくなり、辛い症状でも物事を前向きに思えるようになるのではないかと考え、実際の診療に取り入れています。そして、病やケガに苦しむ患者さんへのメンタルトレーニングの効果を実感しています。

人は弱い生き物です。まして病やケガを患った場合、人として落ち込み、悩むことは当然です。しかし、病に陥った後の人生は決して哀れであるべきではありません。その状況からいかに頑張れるか、心がけ次第で、楽しく有意義な人生を送れるかどうか左右されるなど、メンタルが占める部分は大きいと思います。これらメンタルのサポートに関して、少しでもお力になれば幸いと考えています。

山王病院脳神経外科副部長
高橋 浩一

場所

**三島市民生涯学習センター5階
研修室1.2.4**

三島市大宮町1丁目8番38号 055-983-0888
(駐車場が限られているため、なるべく公共機関をご利用下さい。)

日時

**平成24年6月17日 日曜日
13:30-16:00**

定員

50名 入場無料

プロフィール



高橋 浩一
Koichi Takahashi
山王病院脳神経外科
副部長

1965年 宮城県仙台市生まれ
1990年 東京慈恵会医科大学卒業、同年、東京慈恵会医科大学脳神経外科研修
1991年 東京慈恵会医科大学脳神経外科入局臨床に加え、中枢神経系発生学・奇形学を研究
2000年 川淵賞(小児脳神経外科学会年間最優秀論文)を受賞
2000年 医学博士修得
2000年-2002年 ロサンゼルス小児病院/南カリフォルニア大学留学主に脳脊髄循環生理学を研究
2006年 山王病院脳神経外科
2008年 「脳卒中後遺症・脳脊髄液減少症・むち打ち症患者のための病に打ち克つメンタル強化法」(実書房)を出版
2010年 順和会 山王病院脳神経外科副部長
2011年 「スポーツ選手のためのケガに打ち克つメンタルトレーニング」(ベースボールマガジン社)を出版
医学博士、日本脳神経外科学会専門医・評議員、日本プロボクシングコミッションドクター
ホームページ
<http://www.takahashik.com>

参加希望者 及び
託児希望者連絡先

のぞみの会(お子様が病気で闘う親の会)
谷井 080-3076-5369 又は 松本 080-5191-4261 迄

※託児ご希望の方は、
7日前迄にご連絡下さい。