「マインドフルネス瞑想療法士」認定講座　テキスト

回	題名	テキスト	西田哲学	仏教禅	脳科学
	機関紙	『マインドフルネス心理療法』創刊号～7号			
公刊本	A)『うつ・不安障害を治すマインドフルネス』毎回用いる B)『「死」と向き合うためのマインドフルネス実践』				
第1回用	基本的なトレーニング	『うつ病の現状とマインドフルネスへの期待』	○		
		マインドフルネスとは　～　本（B）	○		
		『自己洞察瞑想療法(SIMT)による改善事例』	○		
		『日記の書き方・日記指導』			
		『図解　うつ・不安障害を治すマインドフルネス』前編			○
第2回用	人生を生き抜いていく意志作用	『人生を生き抜いていく意志作用』	○		
		『意志作用』	○		
		『心身の健康のための「ゆっくり呼吸法」』			○
第3回用	マインドフルネスと前頭前野/神経生理学的フュージョン	『マインドフルネスSIMTと神経生理学的フュージョン』	○		○
		『うつ病と前頭前野の機能』			○
		『神経生理学的なフュージョン～ワーキングメモリとSIMT』	○		○
		『運動と心の病気～うつ病は運動で治る』			○
第4回用	マインドフルネス心理療法のための西田哲学入門	『自己の哲学を学び生き方とするマインドフルネスSIMT』	○		
		『深いマインドフルネスのための西田哲学入門』	○		
第5回用	うつ病のアセスメント	『うつ病のアセスメント』			○
		『うつ病の分類と診断基準』			○
		『うつ病の神経生理学』			○
		『宗教とマインドフルネス臨床心理学』	○	○	
第6回用	支援の進め方と支援者の倫理	『支援の進め方と支援者の倫理』	○		○
		『うつ病・不安症などの支援戦略』	○		○
		『図解　うつ・不安障害を治すマインドフルネス』後編			
		『支援者の倫理』	○	○	
第7回用	初期仏教の実践と問題	『初期仏教の実践と哲学思想の問題』		○	
		『初期仏教のマインドフルネス―正念の方法』		○	
		『パニック症と広場恐怖症』			○
第8回用	禅の哲学、マインドフルネス、その現代的課題	『禅の哲学とマインドフルネス、その現代的課題』		○	
		『マインドフルネスのための道元禅入門』		○	
		『心的外傷後ストレス障害(PTSD)』			○
第9回用	西田哲学の場所的論理	『叡智的自己の課題』（SIMT叢書01）	○		
		『後期西田哲学の実践論』	○		
第10回用	深いマインドフルネスへの扉	『深いマインドフルネスへの扉』	○		
		『活動開始にあたり』			
		『創造的直観への実践』	○		

（注）研究の進展につれてテキストは改訂、追加、変更される。