

自分を見つめ、理解する治療法

# 「パニック障害／症」の 短期力動的心理療法

## 研究参加者の募集

駒澤大学コミュニティケアセンター  
〒154-0012 東京都世田谷区駒沢 4 丁目 17-13  
TEL:03-5431-5200  
(電話受付) 月・火・木・金 10時～18時  
水・土 9時～16時

NPO 法人女性心理臨床ラボ  
<https://fpcl.jp/>

### 「パニック焦点型短期力動的心理療法」とは？

パニック障害に対する有効性が実証された治療法で、コーネル大学医学部精神科准教授であるブッシュ博士、ならびにワイルコーネル大学医学部精神科教授であるミルロッド博士らによって研究され練り上げられた治療法です。

### 研究の目的と内容

週 2 回、1 回 50 分、12 週、合計 24 セッションからなる治療法で、パニックや不安の意味を理解し、自分の感情を理解することによって、自分をふりかえる力を身に付け、不安や恐怖を乗り越えることを助ける新しい治療法です。

### 申し込み・お問い合わせ

- 駒澤大学コミュニティケアセンターにお電話でお申し込みください。
- お電話の際には、「パニック障害の治療研究への参加」を希望する旨をお伝えください。
- 初回面接を行った上で、治療研究に参加可能かを判断させていただきます。

### パニック障害／パニック症 とは？

繰り返される予期しない、突然、激しい恐怖、または強烈な不快感の高まりが数分以内でピークに達し、その時間内に以下の症状が起こることをさします。

### 治療研究の対象になるのは以下の方です。

- 20 歳以上
  - パニック障害／症の診断基準を満たす方
  - 駒澤大学コミュニティケアセンターないし、NPO 法人女性心理臨床ラボで週 2 回治療を受けられる方
- ※現在医療機関にかかっている方には、主治医から承諾を得てください。  
直接の来談が難しく、オンラインでの治療を希望される方はその旨をお伝えください。

### 面接料金

研究にご参加いただける方には、無料で治療を実施いたします。

研究代表者：鈴木菜実子（駒澤大学文学部心理学科 准教授）

本研究は駒澤大学「人を対象とする研究」に関する倫理委員会の承認を得ています。  
科学研究費助成事業基盤研究（C）課題番号：19K03283「不安に焦点づけた新しい短期力動的心理療法の導入に向けた予備的研究」