
森 田 療 法 関 係 D V D 一 覧

D V D 目 次

管理番号	タイトル	演者・制作者 ※肩書は制作当時のもの	時間(分)	頁
■森田療法セミナーDVDシリーズ				
S-S	DEMO版	森田療法セミナー	19	3
S-1	第1巻①「森田療法とは～基本的な考え方」	①北西憲二(日本森田療法学会理事長・日本女子大学教授)	62	3
	②「森田療法の適応と治療形態」	②中村 敬(東京慈恵会医科大学森田療法センター長)	59	
S-2	第2巻①「外来森田療法の進め方(1)日記療法」	①久保田幹子(法政大学現代福祉学部准教授)	59	3
	②「外来森田療法の進め方(2)比較精神療法的見地から」	②橋本和幸(調布はしもとクリニック院長)	62	
S-3	第3巻①「外来森田療法の進め方(3)アクティブラウンセラリングについて」	①石山一舟(フリティッシュコロンビア大学教育学部准教授)	63	3
	②「外来森田療法の進め方(4)実際の手順、まとめ」	②立松一徳(立松クリニック院長)	43	
■森田療法ビデオシリーズ				
V-1	第1巻「生きる」	藤田千尋(常盤台神経科院長) (有)ランドスケープ	90	3
V-2	第2巻「常盤台神経科」	藤田千尋(常盤台神経科院長) (有)ランドスケープ	137	3
V-3	第3巻「生活の発見会」	比嘉千賀(ひがメンタルクリニック院長) (有)ランドスケープ	67	3
V-4	第4巻「悩める人への生きるヒント」	阿部亨(元 高良興生院・院長) (有)ランドスケープ	93	3
■心の健康セミナーシリーズ				
K-1	性格について	大原健士郎(浜松医科大学名誉教授)	60	4
K-2	自分に克つ生き方	岡本常男(財団理事長)	60	4
K-3	うつ病・パニック障害・神経症(不安障害) —森田療法による養生のコツ—	黒木俊秀(肥前精神医療センター医師養成研修センター長)	90	4
K-4	パニック障害・うつの森田療法	中村 敬(東京慈恵会医科大学教授)	60	4
K-5	社交不安障害(対人恐怖症)の森田療法	中村 敬(東京慈恵会医科大学教授)	95	4
K-6	強迫性障害に対する外来森田療法	久保田幹子(法政大学現代福祉学部准教授)	100	4
K-7	不安とうつの時代を生きる —森田療法による健康法と養生—	黒木俊秀(肥前精神医療センター医師養成研修センター長)	122	4
K-8	現代人の悩みと森田療法 —この不安の時代をどう生きるか—	北西憲二(日本森田療法研究所所長)	82	4
K-9	精神療法の基本原理—森田療法と認知行動療法	森 則夫(浜松医科大学精神神経科教授)	90	4
K-10	不安とうつの森田療法—森田療法は我々に何を教えてくれるのか—	樋之口潤一郎(東京慈恵会医科大学准教授)	90	4
K-11	浜松医大の森田療法—分かりやすい森田療法を目指した20年—	星野良一(浜松医科大学医学部附属病院精神科神経科)	108	4
K-12	森田療法入門講座—不安・うつから回復する手立てとは—について	中村 敬(東京慈恵会医科大学附属第三病院森田療法センター長)	98	4
K-13	外来森田療法—森田正馬の神経質概念とは—	岩木 久満子(顕メンタルクリニック院長)	95	5
K-14	郷土の偉人 森田正馬に学ぶ心の健康法①	上村直人(高知大学神経精神医学教室) 中山和彦(東京慈恵会医科大学精神医学講座) キン・シオタニ	36	5

K-15	郷土の偉人 森田正馬に学ぶ心の健康法②	伊丹 仁朗(すばるクリニック院長)	28	5
K-16	パニック症、うつに対する森田療法	館野 歩(東京慈恵会医科大学附属第三病院精神神経科診療部長)	114	5
K-17	第5回 働く人のメンタルヘルスセミナー	大西 守(日本精神保健福祉連盟 常任理事) 北西憲二(森田療法研究所所長・北西クリニック院長)	113	5
K-18	第6回 働く人のメンタルヘルスセミナー	大西 守(日本精神保健福祉連盟 常任理事) 中村 敬(東京慈恵会医科大学附属第三病院精神神経科/森田療法センター)	113	5
K-19	現代の森田療法の理解	伊藤 克人(東急病院健康管理センター所長・東急病院心療内科医長)	144	5
K-20	森田療法の基礎知識とその応用 ～不安症と発達障害をめぐって～	松浦 隆信(鹿児島大学大学院 臨床心理学研究科准教授)	151	5
K-21	不安・こだわりで縛られた生活から自由な生き方へ～強迫・パニック症を通して・森田療法の考え方から学ぶ～	久保田 幹子先生(法政大学大学院 教授)	144	5
K-22	森田療法による不安の付き合い方	斎藤 直巳(斎藤神経科 院長)	138	5
■神経症克服体験談シリーズ				
T-1	・胃腸神経症 ・対人恐怖 ・不安発作	克服体験者3名	22	6
■その他				
O-1	① ETV 特集「いま、あるがままに生きる」 ② ためしてガッテン「高所恐怖症」 ③ 「うつ病」	NHK 渡辺利夫(東京工業大学教授) 大原健士郎(浜松医科大学精神科名誉教授)井上常七(形外会)	45	6
O-2	神経質講義	森田正馬	30	6
O-3	ルワンダのガチャチャ裁判後における行動ベースの心理社会的和解アプローチの開発とフィールド・パイロット	南 昌廣(サイモンフレーザー大学大学院 助教授)	64	6

■ 森田療法セミナーシリーズ

森田療法を理解したい方に、森田療法の第一線の講師がわかりやすく解説した森田療法入門ビデオです。

管理番号	内容	時間 (分)
S-S	森田療法セミナーDVD「DEMO版」 延べ6時間にわたる6人の講師のセミナーを簡潔にまとめました。	16
S-1	第1巻① 「森田療法とは～基本的な考え方」(北西 憲二) 森田療法はどのようにして生まれ、どのような治療法なのか。その核となる思想や理論を中心に解説しています。	62
	第1巻② 「森田療法の適応と治療形態」(中村 敬) 森田療法の治療対象はどんな患者なのか。また森田療法の治療方法にはどんな特徴があり、どのような治療形態があるのかを解説しています。	59
S-2	第2巻① 「外来森田療法の進め方(1) 日記療法」(久保田 幹子) 森田療法の中でも特徴的な治療法のひとつである日記療法について、その基本的な考え方と技法について解説しています。	59
	第2巻② 「外来森田療法の進め方(2)比較精神療法的見地から」(橋本 和幸) 外来森田療法はどんな治療上の特徴があるのか。精神分析的な精神療法との比較からそのプロセスやちがいを、特徴を解説しています。	62
S-3	第3巻① 「外来森田療法の進め方(3)アクティブカウンセリングについて」(石山 一舟) 外来森田療法を進めるにあたって、カウンセリング全体の観点から、森田療法を取り入れたアクティブカウンセリングについて解説しています。	63
	第3巻② 「外来森田療法の進め方(4)実際の手順、まとめ」(立松 一徳) 外来で活用する森田療法のその実際の手順とプロセス、技法などを症例と共に詳しく解説しています。そして、森田療法のまとめを行います。	43

■ 森田療法ビデオシリーズ

神経症で悩む人たちが森田療法で対処する医師とセルフヘルプグループの活動でその回復を目指すドキュメンタリータッチの学習ビデオ。

管理番号	内容	時間 (分)
V-1	第1巻「生きる」 神経症体験者へのインタビューと藤田千尋医師による森田療法の解説を交えながら、現在進行形で対人恐怖悩む青年の姿を追っています。 わかりやすい言葉を使いながらも森田療法の核心をついた解説と総論の決定版。	90
V-2	第2巻「常盤台神経科」 森田療法の入院治療を行う常盤台神経科。対人恐怖に悩む女性の入院から退院までを追っています。 森田療法の治療の実際をあますところなく紹介しています。	137
V-3	第3巻「生活の発見会」 神経症に悩む人たちがお互いに森田療法を学ぶ生活の発見会を描いています。 解説は森田療法家の比嘉千賀医師。	67
V-4	第4巻「悩める人への生きるヒント」 具体的な臨床例を交えながら、神経症に悩む人への生きるヒントが語られています。 解説は元・高良興生院院長の阿部亨医師。	93

■心の健康セミナーシリーズ

財団が一般の方々を対象に開催する「心の健康セミナー」をビデオにしています。

日本を代表する森田療法家を講師に、森田療法の理論と症状への対処法をわかりやすく解説しています。

管理番号	内容	時間 (分)
K-1	「性格について」(大原 健士郎) 「こころが強くなるクスリ」「職員室の心の病」「働き盛りのうつと自殺」「やる気健康医学」「あるがままに老いる」など名著を著わし、多くの苦悩者を救った森田療法の名医・大原健士郎先生の講演ビデオ。	60
K-2	「自分に克つ生き方」(岡本 常男・当財団創業者) 日本有数の流通小売業を築き上げた実業家が、胃腸神経症に苦しみ、森田療法により解放されたその生き方を淡々と語っています。 同名の著書は1989年にごま書房より出版され大きな反響を呼びました。	60
K-3	「うつ病・パニック障害・神経症(不安障害)ー森田療法による養生のコツ」(黒木 俊秀) うつ病やパニック障害など現代社会病に対して神経症の解説を加えながら森田療法の立場からその養生のコツを説く。	90
K-4	「パニック障害・うつ病の森田療法」(中村 敬) 森田療法とは？を解説後、パニック障害とうつ病に対する森田療法的アプローチを分かりやすく説明しています。	60
K-5	「社交不安障害(対人恐怖症)の森田療法」(中村 敬) 対人緊張や“あがり症”のため社会生活に支障をきたす社交(会)不安障害について、その対処法を入院森田療法と外来森田療法の見地から解説しています。	95
K-6	「強迫性障害に対する外来森田療法」(久保田 幹子) 汚れが気になってよく手を洗う、忘れ物をしたのではないかと何度も確かめる、誰かに迷惑をかけたのではないかと考えて、周りの人に確かめるなど強迫性障害についてその処し方を森田療法の立場から解説します。	100
K-7	「不安とうつの時代を生きるー森田療法による健康法と養生」(黒木 俊秀) 激増する“うつ”そして“不安”。森田療法はそれらにどう応えようとしているのか。 発症のメカニズムとコントロールについて質問コーナーを交えて解説。	122
K-8	「現代人の悩みと森田療法ーこの不安の時代をどう生きるのか」(北西 憲二) 不安に満ちた現代で、森田療法はその生き方について何を教えてくれるのか。 恐怖と欲望、とらわれ、かくあるべし、あるがままなど森田のキーワードを解説・理解、そして「治るといふこととは」。	82
K-9	「精神療法の基本原理ー森田療法と認知行動療法」(森 則夫) 森田療法、認知療法、行動療法についての解説と関係性をうつ病、パニック障害を症例にして展開しています。	90
K-10	「不安とうつの森田療法ー森田療法は我々に何を教えてくれるのか」(樋之口 潤一郎) 森田療法の特徴を6つに分類し、そのポジションにおいてわれわれが取るべき態度・行動を解説しています。	90
K-11	「浜松医大の森田療法ー分かりやすい森田療法を目指した20年」(星野 良一) 具体的治療課題の設定、暴露反応妨害法の併用、退院後の治療効果を促進するための追体験入院などを取り入れた、浜松医大の森田療法について解説しています。	108
K-12	「森田療法入門講座ー不安・うつから回復する手立てとはー」(中村 敬) 神経症や森田療法のことを初めて聞く人でも理解できるように、分かりやすく説明しています。また、近年、用いられるようになったうつ病に対する森田療法についても解説しています。	98

K-13	「外来森田療法について—森田正馬の神経質概念とは—」(岩木 久満子) 神経症の背景には神経質性格が挙げられています。森田正馬が言う神経質の特徴を挙げ、その長所は「上等で人情味ある人間」、短所は「神経質になりきれない」という視点で、解説しています。また、神経質になりきり、仕方なく気になったまま放置して克服した例を紹介しています。	95
K-14	「郷土の偉人 森田正馬に学ぶ心の健康法①」 第1部「富家村(野市)が生んだ森田療法」(上村 直人／中山 和彦) 高知県が産んだ世界的偉人である森田正馬。その森田が創始した森田療法についての解説と、森田の生家保存に関する発表 第2部「観て・聴いて・語って知る森田療法:ドローイングシアター」(キン・シオタニ) 筆を用いた描画パフォーマンス	36
K-15	「郷土の偉人 森田正馬に学ぶ心の健康法②」 「ガン・身体疾患と森田療法」(伊丹 仁朗) ガンに用いられる心理療法である生きがい療法。その実行法を紹介し、森田療法のコンセプトから説明します。	28
K-16	「パニック症、うつに対する森田療法」(館野 歩) 森田正馬の生涯から、森田療法の鍵となる概念を紹介。入院森田療法の説明や認知行動療法との違いを通して、不安やうつに対する治療の実際を解説しています。	114
K-17	「第5回 働く人のメンタルヘルスセミナー」 講演1「職場でのメンタルヘルス対策—ストレスチェック制度をめぐって(1)」(大西 守) ストレスチェック制度の概要と、事例性と疾病性に分けて問題を把握することの大切さについて説明されています。 講演2「働く人のメンタルヘルスと森田療法—その理解と対応」(北西憲二) 森田正馬の生涯から森田療法を解説し、働く人のメンタルヘルスへの応用法を説明しています。 「質疑応答」	113
K-18	「第6回 働く人のメンタルヘルスセミナー」 講演1「職場でのメンタルヘルス対策—ストレスチェック制度をめぐって(2)」(大西 守) 復職判定の実際などについて、具体例を用いながら解説されています。 講演2「働く人のメンタルヘルス向上のために—森田療法を活用する—」(中村敬) 働いていくうえで、ストレスや症状に対してどのように対処したら良いか、森田療法の観点から説明されています。 「質疑応答」	160
K-19	「現代の森田療法の理解」(伊藤 克人) 「自分らしい生き方」へ向けて、悩みや不安との付き合い方、「今」の生き方についてのヒントが語られています。	144
K-20	「森田療法の基礎知識とその応用～不安・うつの森田療法～」(松浦隆信) 森田療法についての基礎的な考え方、不安症と発達障害について森田療法の考え方について説明しています。	151
K-21	「不安・こだわりに縛られた生活から自由な生き方へ～強迫・パニック症を通して・森田療法の考え方から学ぶ～」(久保田幹子先生) 強迫性障害、パニック症についての森田療法の考え方を説明しています。	144
K-22	「森田療法よる不安の付き合い方」(斎藤直巳) 不安をメインに、様々な症状に対しての治療法、考え方を説明されています。	138

■神経症克服体験談シリーズ

財団の心の健康セミナーの中で、メンタル不全に陥った人が、その苦しみ・辛さをどのように克服したかについて発表しています。

実体験に基づく貴重な、また大変参考になる内容です。

管理番号	内容	時間 (分)
T-1	財団創業者を悩ませた胃腸神経症の克服。 対人恐怖やあがり症そして突然襲ってくる激しい動機や息切れ、発汗、震えなどの不安発作。 その苦しさで克服の過程を語っています。	22

■その他

管理番号	内容	時間 (分)
O-1	NHK テレビより ① 「いま、あるがままに生きる」(NHK ETV 特集) 森田療法の創始者森田正馬博士の人間像を渡辺利夫、大原健士郎、井上常七の三人の識者が語るアーカイブス。 ② ためしてガッテン「高所恐怖症」 なぜ、高所が怖い？ その解明と対処がわかりやすく。 ③ 「うつ病」 そのメカニズムと対処方法について	45
O-2	「神経質講義」(森田 正馬) 神経質とは何か、またどのように治療すれば良いのか、を端的に解説されています。 井上常七氏、長谷川洋三氏による解説付き。	30
O-3	ルワンダのガチャチャ裁判後における行動ベースの心理社会的和解アプローチの開発とフィールド・パイロット ルワンダで行われた大量虐殺後、現地の農村では加害者、被害者が共生することとなり、そこで生じる当事者間の心理的問題を、森田療法の治療原理を組み込んだ心理的、社会的アプローチを構築し、行った和解プログラムについて解説されています。	104