

Certified Personal Medicine Coach training

Pat Deegan PhD & Associates, LLC

第1期
募集

認定パーソナル・メディスン・コーチ養成研修

パーソナル・メディスンは、10代で統合失調症と診断を受け、リハビリを続けているパトリシア・ディーガン博士により開発されたツールです。自分のうちにある知恵を見つけ、生活の中で自分ができることを自分で決めて行うセルフケアの方法です。ひとりひとりのパーソナル・メディスンは多種多様で、自分自身のケアのためだけではなく、人生に意味や目的を与えてくれるものであることもあります。例えば、朝、散歩をすると、頭がすっきりして、一日の準備ができます。ソックスを吹くと、呼吸が整えられ、不安が軽減されます。子供たちと一緒に過ごす、自分が必要とされ、愛されていると感じることができ、病院に行かないで済むようになるといった感じです。

また、パーソナル・メディスンは、アメリカ連邦保健省薬物依存精神保健サービス部SAMHSAのリハビリ志向の実践の基準を満たし、QOLの向上や活性化、自己管理の向上といった効果を上げている科学的根拠のある実践（EBP）として認められています。

しかし、ツールだけでは不十分でしたので、パット・ディーガン&アソシエイツでは、パーソナル・メディスンをサポートするケアモデルを開発しました。それが認定パーソナル・メディスン・コーチ（CPMC）です。CPMCは、一人ひとりがリハビリするためにパーソナル・メディスンを自分で発見できるようサポートします。

そして、この度、パット・ディーガン&アソシエイツから講師をお迎えし、日本で初めての認定パーソナル・メディスン・コーチの養成研修を行います。研修は、自習用eラーニングとグループコーチング（Zoom）があり、パーソナル・メディスン・コーチングの実践をより深く理解できるようになっています。すべてご自宅から受講できます。アメリカのCPMCは多くはピアサポーターとのことです。職種は問わないとのことです。ピアサポーターをはじめ、精神保健福祉医療の専門職で、実践可能な方の受講をお待ちしています。

養成研修スケジュール、認定に必要な要件は裏面に記載しています

受講料 : 11万円（通訳つき）
定員 : 15名程度
申し込み : peatix
<https://pmct2023.peatix.com>

締め切り : 8月20日（日）先着順
お問合せ : lily.of.the.valley2133@gmail.com

申込QRコード



主催 : 一社) Lily of the valley
: Pat Deegan PhD & Associates, LLC
助成 : 日本財団



認定パーソナル・メディスン・コーチ スケジュール

All coaching calls (other than 1:1 calls) occur:

- 8:30am-10:00am ET
- 21:30-23:00 日本時間

週	項目	方法	内容	日時
0	準備	各自	自己評価と準備	8月18日
1	パーソナル・メディスンを見つける	グループでのコーチング (Zoom)	eラーニング、練習、掲示板への投稿、小テスト	8月25日 21:30-23:00
2	パーソナル・メディスン・ワークシートに関するコーチング	グループでのコーチング (Zoom)	eラーニング、練習、掲示板への投稿、小テスト	9月1日 21:30-23:00
3	パーソナル・メディスン・カード	自己学習	eラーニング、練習、感想などの投稿、小テスト	9月8日
4	カードに関するコーチング	グループでのコーチング (Zoom)	eラーニング、練習、感想などの投稿、小テスト	9月15日 21:30-23:00
5	パーソナル・メディスン・ガイド	自己学習	eラーニング、練習、感想などの投稿、小テスト	9月22日
6	ガイドに関するコーチング	グループでのコーチング (Zoom)	eラーニング、練習、掲示板への投稿、小テスト	9月29日 21:30-23:00
7	パーソナル・メディスンを深める	自己学習	eラーニング、練習、掲示板への投稿、小テスト	10月6日
8	まとめ	グループでのコーチング (Zoom)	eラーニング、練習、掲示板への投稿、小テスト	10月13日 21:30-23:00
9 & 10	認定にむけた取り組み	個別のコーチング (Zoom)	最終準備	10月20日 21:30-23:00
		最終テスト	10月30日まで	
11	修了のお祝い	グループでのコーチング (Zoom)	自己評価、研修のフィードバック	11月3日 21:30-23:00

©2023 Pat Deegan PhD & Associates, LLC

CPMCSYLLABUS

1

認定を受けるには、次の要件を満たす必要があります。

- 1 すべてのコーチング (Zoom) に出席し、参加する
- 2 すべてのeラーニングレッスンを完了する
- 3 すべての課題を提出する
- 4 すべての小テストに80%以上で合格する
- 5 最終テストに80%以上で合格する
- 6 パーソナル・メディスンのコア原則を表明し、支持する