

## オートノミートレーニング 第5回研修会

会期：平成27年9月20日（日）～9月23日（水・祝）

会場：ドイツ・ハイデルベルク市 [学際研究センター \(ZMF\)](#)（アクセスは別紙参照）  
[Ziegelhäuser Landstraße 35, 69120 Heidelberg](#)

主催：オートノミートレーニング研究会

講師：ロナルト・グロッサルト＝マティチェク Ronald Grossarth-Maticcek  
ボーヤン・ゴディーナ Bojan Godina

主なプログラム：

1. 講義
  - a) グロッサルト理論とハイデルベルク研究を俯瞰する
  - b) 各種慢性疾患の成立に特異的に関与するストレス、行動要因と相互作用
2. オートノミートレーニング
  - a) 理論と方法、技法
  - b) 個人面接療法セッションと討論
  - c) スーパービジョンと討論

参加費等：

研修会参加費：¥100,000（日独通訳経費、専用テキスト代を含む）

対象：医師・心理士・カウンセラー・研究者など（先着15名、補足事項1を参照）

補足事項：

1. 初めて参加される方は「四期生」となります。第5回研修会は、第1～4回研修会を修了された「一期生」～「三期生」（認定トレーナーを含む）との合同研修会となります。
2. 治療の理論や方法の詳細につきましては、[開発者による解説書](#)をご参照ください。
3. プログラム内容は一部変更になることがあります。
4. 知識の整理と参加者間の懇親を兼ねた「予習会」を開催予定です。日程が確定し次第、研究会ホームページに掲載します。ご都合の許す限りご参加ください。

お問い合わせ先：

第5回研修会世話人

永野 純（九州大学基幹教育院） [info@autonomy-training.jp](mailto:info@autonomy-training.jp)

URL: <http://autonomy-training.jp>

## 別紙：フランクフルト空港から研修会会場（学際研究センターZMF）へのアクセス

### ドイツ鉄道（DB）を利用の場合

1. フランクフルト空港遠距離駅 Frankfurt (M) Flug Fernbf よりドイツ新幹線 ICE に乗り、マンハイム中央駅 Mannheim Hbf へ（所用約 30 分）。同駅で在来線に乗り替えて、ハイデルベルク Heidelberg 方面へ向かう。
  - 2a. ハイデルベルク中央駅 Heidelberg Hbf で下車（所用約 15 分）。ハイデルベルク中央駅から市バス 34 番に乗り、バス停「ヒルシュガッセ Hirschgasse」へ（所用約 15 分）。
  - 2b. もしくはハイデルベルク旧市街駅 Heidelberg-Altstadt Bf（中央駅の次）で下車（所用約 20 分）。ダム Staustufe Heidelberg 上の歩道でネッカー川を渡ると、左手にバス停「ヒルシュガッセ Hirschgasse」がある。
  3. バス停から川を左に見ながら 30m ほど歩くと道路を挟んで右手に研究所がある。
- ※ [DBのHP](#) からルート・発着時刻を検索しておくくと便利です。

### 空港シャトルバスを利用の場合

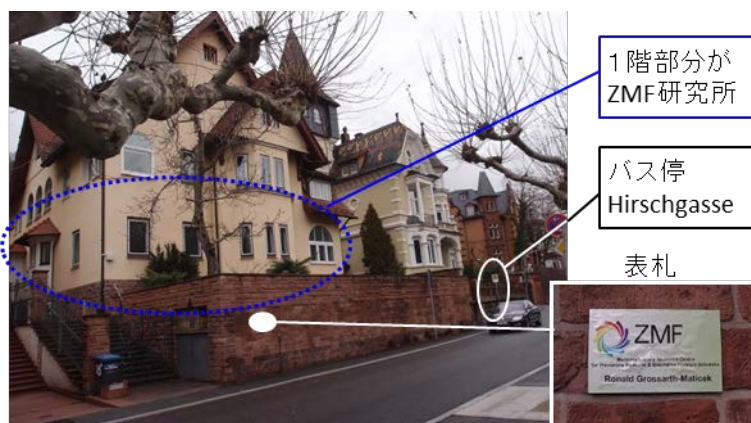
Busworld International GmbH 社が運行する[シャトルバス](#)が利用可能です。

1. フランクフルト空港バス乗り場より乗車、ハイデルベルク市中心部にある Crowne Plaza Hotel Heidelberg に着く（所要約 60 分）。
  2. 同ホテル前より市バス 34 番に乗車。以後「ドイツ鉄道を利用の場合」の 2a を参照。
- ※ [オンラインで予約](#) しておく方が無難です（フルトハンザ以外の航空会社利用でも可）。

### タクシーを利用の場合

行き先として、バス停「ヒルシュガッセ Hirschgasse」、または最寄りの「ホテル・ヒルシュガッセ Hotel die Hirschgasse」を指示してください。

※ 複数で利用の場合は、割り勘で空港からタクシーという手もあります（140€程です）。



写真：ネッカー川を背にして  
ZMF 研究所を臨む

市バス 34 番で到着するバス停は  
道路の反対側です。

“Grossarth-Maticsek”の呼び鈴を  
押し、ブザー（解錠中の意）が鳴  
ったら門の中に入ってください。