

臨床心理士から学ぶ

リラクゼーションセミナー (自律訓練法)

あがり症、不安症、常に緊張しているような感じがする、肩こり、入眠困難など、このような症状でお悩みの方、一度試してみませんか？
誰にでもできるものですので、是非チャレンジしてみてください！



講師：

中濱 慶子

(本学学生相談室相談員)

講師プロフィール：

オーストリアにて博士（精神療法学）取得

米国にて修士（心理学）取得

臨床心理士

日本欧州共通サイコセラピスト

10/18 (水) ・ 10/25 (水)

時間： 18:00 ~ 19:30

場所： 18号館 就職セミナールーム 10/18 (18-13)

対象： 全学生・全教職員 10/25 (18-11)

定員： 50名 参加希望の方は事前にご連絡ください

料金： 無料 (当日参加も可)



全2回