

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？
就職面接やゼミの発表前に役立つ誰にでもできるものですので、是非チャレンジください！



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

10/16 (水) ・ 10/23 (水)

時間： 18:00 ~ 19:30

場所： 18号館 就職セミナールーム 10/16 (18-11)

対象： 全学生・全教職員 10/23 (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

会場はこちら