

気持ちの整理の仕方を学ぼう②



認知行動療法の コラム表を活用しよう

2013/7/3 (水曜日)

11:10 ~ 12:00

場所 ウェルネスセンター内会議室
(アルファ館2階)

発想の転換をはかり
バランスのよい考え方を
みんなで実際に
練習してみましょう!

ウェルネス
センター
カウンセラー

事前に受付までご連絡ください

申し込み gakuseisoudan@sfc.keio.ac.jp

TEL 0466-49-3411

★今後の予定

10月30日 心理テストからの自己理解

11月27日 交流分析と対人関係

