

ACTマトリックス

講師：早稲田大学 人間科学学術院 准教授 大月 友氏



◆日時：2023年12月5日（火）・12日（火）18：30～21：00

ACT（アクセプタンス&コミットメント・セラピー）は第3世代の認知行動療法として、現在多くの国の臨床現場で活用されています。心理的柔軟性を高めることによって、対象者の苦悩を軽減し、生活の質の向上、ウェルビーイングにつなげることを目的としています。ACTマトリックスは、自分の行動に意図性に気づいていくことで、苦悩へのとらわれを軽減させ、自分にとって大切なことを選択するための視点を提供する技法です。本研修では、ACTの基本を学びながら、ACTマトリックスの活用方法についてご紹介します。

◆会場：オンライン講座（ZOOM）

◆会費：会員 8,800 円（税込、2日間）◆定員20名（先着順に受付し、最少開講人数の13名に満たない場合は中止。）

◆その他：産業カウンセラー資格の更新研修とみなします。

◆申込方法：下記の申込書に記入して Fax 088-826-9880又は郵送してください。

四国支部ホームページからも申込が出来ます。 申込期限：11月2日（木）



【お問い合わせ先】

〒780-0870 高知県高知市本町 4-2-31 アートセンタービル1階 日本産業カウンセラー協会 高知事務所

☎/FAX(088)826-9880(土日祝を除く10時～18時)

<受講確定と振込について>

最少開講人数に達して開講が決まりましたら「受講の案内」をメール送信しますので、ご案内に記載されている振込先にご入金ください。

..... 申込書

お申込の前に必ず「個人情報の取扱いについて」をご一読ください。 個人情報の取り扱いについて

利用目的：各種講座・講習受付、手続き対応、事務管理、必要なお連絡のため

その内容に同意して頂けたら、□に☑を記入してください。



「個人情報の取り扱いについて」に同意し、「ACTマトリックス」に申し込みます。

氏名	会員番号()	
住所	〒	
電話番号：	E-Mail：	