

『マインドフルネスの基礎と実践』

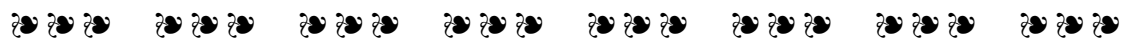
～自分と共にいる時間を体験してみましょう～



日時:2023年7月1日(土)9:30~16:30

講師:伊藤 義徳氏 人間環境大学 総合心理学部 総合心理学科 教授
公認心理師/臨床心理士/専門行動療法士/認知行動療法スーパーバイザー/認定心理士

マインドフルネスは、『今ここでの体験に評価や判断を加えることなく注意を向けること』
古くは仏教の瞑想に始まり、ビジネス界や医療・教育現場で、また再犯防止や自殺予防の支援に至るまで幅広く適用され社会に浸透してきました。瞑想法を学び実践することで、自らの心や身体を見つめ、ストレス対処や支援に活かしましょう。



- ◇受講資格:会員または産業カウンセラー養成講座・キャリアコンサルタント養成講習受講中の方
- ◇会費: 8,800 円(税込)
- ◇会場:松山市総合コミュニティセンター第1・2会議室(愛媛県松山市湊町7-5)
- ◇定員:30名(先着順に受付し、最少開講人数15名に満たない場合は中止)
- ◇申込方法:下記の申込書に記入して Fax 089-968-2801 又は郵送してください。
メール(shikoku@counselor.or.jp)でもお申込みいただけます。
※会員は四国支部ホームページからも申込みいただけます。



- ◇申込期限:6月2日(金)
- ◇その他: 産業カウンセラー資格のみなし更新研修です。5ポイント付与します。

【お問い合わせ先】

〒790-0814 松山市味酒町1-3 四国ガス第3ビル7F 日本産業カウンセラー協会四国支部
電話:089-968-2800/FAX:089-968-2801/mail:shikoku@counselor.or.jp

【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「受講のご案内」を郵送致しますので、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。

利用目的:各種講座・講習受付、手続き対応、事務管理、必要なご連絡のため

その内容に同意して頂けましたら、以下の□に☑を記入してください。

「個人情報の取扱いについて」に同意し、マインドフルネス講座に申し込みます。



個人情報の取り扱いについて

2023年 月 日

氏名		受講資格	<input type="checkbox"/> 会員番号() <input type="checkbox"/> 産業カウンセラー養成講座受講中 <input type="checkbox"/> キャリアコンサルタント養成講習受講中
住所	〒		
電話番号:	E-Mail:		

産業カウンセラー・キャリアコンサルタントの皆様、一緒に学びましょう。