

NPO法人スローエクスプレス

当事者の会 やまびこ

9月定例会(学習会)のお知らせ

～認知行動療法～

認知行動療法とは。『現実の受け取り方』や『ものの見方』に働きかけて、
ストレスを軽くしていくという目的も、ひとつにあります。

日 時 令和1年9月14日(土) 午後2時～4時

場 所 コラッセふくしま 3階 301

講 師 臨床心理士 中島先生 (裏面参照)

内 容 2時～3時20分 認知行動療法
休憩

3時30分～4時 懇談会

参加費 無料

講師 中島先生紹介

臨床心理士

福島臨床心理カウンセリングオフィス勤務

福祉施設、病院、施設相談室等の勤務を経て、

現職に至る。

※認知行動療法は8月にもおこなわれました。

9月1回だけの参加でも大丈夫です。

やまびこ会員ではなくても、スローエクスプレス会員のお子さんなら、

どなたでも無料で、ご参加いただけます。