

プラス

思考

を

ゲットする!



講師 日本カウンセリング心理学研究所
所長 高倉 恵子

こころとからだの健康セミナーvol. 5

気持ちが落ち込むと、いろいろな出来事をマイナスな方向に捉えがちになります。実は、マイナスを良くないこととして、プラスに変えようとすることは、根底に否定感が残ってしまいます。マイナス思考を恐れることはないのです。

今回は、気持ちが前向きになる『発想の転換方法』をお伝えいたしましょう。

2019年7月14日(日) 午後2:00~3:30

会場 大宮ソニック市民ホール 4F 第2集会室
定員 100名
申込 住所、氏名を明記の上、E-mail、FAX または葉書にて下記までお申し込みください。
* 定員を超えた場合のみ、数日中にお知らせいたします。
受付 午後1時30分より
参加費 500円

◆ 無料カウンセリング 同日開催 ◆

時間 午後4時00分~4時30分
会場 大宮ソニック市民ホール 4F 第2集会室 (講演会終了後)
受付 当日2時まで、受付時に申し込んでください。
1人30分 (5名まで)
カウンセラー 臨床心理士、認定カウンセラーなどの有資格者



主催 日本カウンセリング心理学研究所

〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町 4-780-7

TEL 048-650-6517 FAX 048-650-6514

E-mail info@jicp.jp <http://jicp.jp>