

“弁証法”の原理を取り入れた、包括的アプローチの精神療法であるDBT（弁証法的行動療法）が2014年に改訂されバージョンアップいたしました。様々な問題を抱えている人々に受け入れられやすく、非常に実効性の高い「情動調節スキル」や「対人関係スキル」などもこの4日間で徹底的に学びます。

2018年11月10日(土)、11(日)  
2018年12月8日(土)、9(日)  
AM10:00～PM4:00（開場AM9:45）

米国で正式なトレーニングを受けたDBTセラピストによる  
「マインドフルネススキルの確認」と「電話コンサルテーション」の実施

## 弁証法的行動療法に基づいた マインドフルネス集中講座（4日間） ～エグゼクティブコース～

場 所	東京都中小企業振興公社 中小企業会館（8F）
定 員	限定15名 本テーマに関心のある医療・福祉・教育・産業等の関係者の方 応募者多数の場合は抽選とし、受講の可否は10/26(金)以降メールにて 通知いたします。応募者多数のため又はその他の理由によりご希望にそえない 場合があります。何卒ご了承の程よろしくお願い申し上げます。
受講料	100,000円(資料代込)
申込方法	ヒューマンウェルネスインスティテュートのHP お問い合わせフォームより、 備考欄に「11&12月集中講座申込み希望」と記入してお申込みください。
メールアドレス	info@humanwellness-institute.org ご不明な点やお問い合わせは、全て上記メールアドレスまでお願いいたします。

▼会 場	公益財団法人 東京都中小企業振興公社 中小企業会館 〒104-0061 東京都中央区銀座2-10-18
▼交通手段	東京メトロ有楽町線「銀座一丁目駅」11 出口徒歩1分 東京メトロ銀座線「銀座駅」A13 出口徒歩7分



当法人は心健教育「マインドフルネス」の普及・啓蒙活動を行っています。  
ヒューマンウェルネスインスティテュート  
Human Wellness Institute (HWI)

