


“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。



2019年4月13日(土)、14(日)  
2019年5月11日(土)、12(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3/22(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「4&5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



当法人は心理教育「マインドフルネス」の普及・啓発をおこなっています。  
ヒューマンウェルネスインスティテュート  
Human Wellness Institute: HWI

