



—入門コース— 弁証法的行動療法と マインドフルネスの集中講座

弁証法的行動療法(DBT)は、リストカットや過量服薬などの慢性的な自殺類似行動や、摂食障害やアルコールや薬物依存症に対して効果的な精神療法です。

本講座ではDBTのコアスキルであるマインドフルネスと共に情動調節・対人関係・生命の危機的状況への対処スキルも学びます。マインドフルネススキルセット[®]を習得して、衝動的な問題行動に対する効果的な方法を学びます。

米国での正式なトレーニングを受け、資格を有したDBTセラピストによる講座です。

2022/11/12(土)13(日)、12/10(土)11(日)
10:00~15:00(入室9:45~)

場所：Webセミナー

Webサイトへのアクセスはこちらから

定員：限定15名 URL：<http://www.humanwellness-institute.org>

(本テーマに関心のある医療、福祉、教育、産業、司法等の関係者の方)

受講料：100,000円(資料代込み)

お申し込み方法：ヒューマンウェルネスインスティテュートHPの参加申込フォームよりお申込みください。

