

特定非営利活動法人生涯発達研究所
設立 1 周年記念セミナー

日 時 平成28年5月14日(土) 10:00~12:00

場 所 栃木県壬生町立壬生中央公民館 中ホール
(壬生町本丸1丁目8-33 電話0282-82-0108)

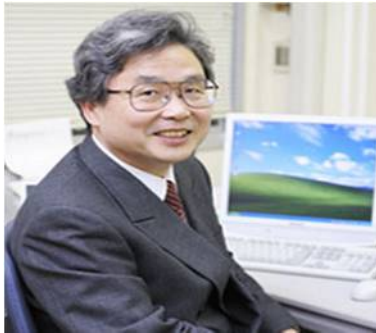
参加費 3,000円(資料代を含む)

定 員 60名

テーマ 「情緒を安定化させ穏やかになる方法

—世界初 情緒安定化入門セミナー—

講 師 宗像 恒次 氏 (筑波大学名誉教授・保健学博士・健康心理療法士)



人間関係でも子育てや仕事でも、あるがままの自己を発揮でき、幸せに生きるために必要なのは情緒安定力です。
当セミナーではそれを実現できる世界初の情緒安定化技術の一端をご紹介します。

■ セミナー内容

1. 情緒安定とはどのような状態？
2. 家族皆で情緒安定化し、穏やかになる方法を学ぼう
3. 人間関係ストレス解消法を目でみて科学的説明されたのち、あなた自身で人間関係ストレスを解消する体験を楽しもう
4. ストレス解消法を一人で出来る体験から、情緒安定化の自信までの道案内をします

【参加申し込み】4月30日(土)までに下記にご記入の上、FAX(0282-82-8052)にて送信、または〒321-0237 壬生町下稲葉 396 NPO 法人生涯発達研究所に郵送いただくか、電話(0282-82-5667・090-1036-3728 本橋)にてお申込みください。

氏名		住所		連絡先 TEL	
氏名		住所		連絡先 TEL	