マインドフルネス カウンセリング基本講座

Mindfulness Counseling based on Positive Psychology

認定マインドフルネスカウンセラー養成講座



マインドフルネスの基礎・応用を学び、 カウンセリングやコミュニケーションに 活かす。認知行動療法、ポジティブ心理 療法、瞑想法、呼吸法、対話法を実践! カード・心理テスト・マップ・ワークシートで学ぶ

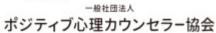












Positive Psychology Counselor Association

