

---

---

## 🗨️ インタラクティブワークショップセミナー

Mindfulness Counseling based on Positive Psychology

### マインドフルネスカウンセリング基本講座 《認定マインドフルネスカウンセラー養成》

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。新しい認知行動療法、ポジティブ心理療法、ブリーフセラピー、コンパッション・セラピーなどを応用し、瞑想法、呼吸法、対話法を実践！ポジティブ心理学・スポーツ心理学、脳科学を活用したアプローチを学ぶ。《カード・心理テスト・ワークシートで実践》



一般社団法人  
ポジティブ心理カウンセラー協会  
Positive Psychology Counselor Association





---

---

---

---

---