
🗨️ インタラクティブワークショップセミナー

Cognitive Behavioral Coaching Expert

認知行動療法と認知行動コーチング 《認知行動コーチ(R) (エキスパート) 講座》

📖 第三世代認知行動療法とコーチングを応用、メタ認知行動療法、応用行動分析、
ポジティブ行動支援、ACT、スポーツ心理学、マインドフルネスなどの認知行動療法を統合
的・前向きに応用し成長や可能性を高める。《カード・ワークシートで実践》


