

イライラしすぎなあなたへ

—怒り感情との上手な付き合い方—

定員
300名
先着順

2017

12/3(日)

13:00~15:00

[受付開始 12:00]

イライラしない日などないほど、怒りは私たちの生活に身近な存在です。怒りのない生活を夢見るほど、怒りは悪者扱いされやすい感情ですが、果たして怒りは悪者なのでしょうか？この講演会では、怒りと上手に付き合うためのコツを紹介したいと思います。

講師 櫻村正美 先生

日本医科大学医療心理学教室講師、臨床心理士

<略歴>

筑波大学大学院人間総合科学研究科単位取得退学、
博士(心理学、筑波大学)、筑波大学人間系助教、
筑波大学医学医療系助教を経て現在に至る。

<主な著書>

『こころを癒すノート』共著、創元社、
『セルフ・コンパッション』共訳、金剛出版、
『30分でできる怒りのセルフコントロール』共訳、金剛出版、
『30分でできる不安のセルフコントロール』共訳、金剛出版

会場 常磐大学 H棟大講義室
水戸市見和1-430-1

対象 一般の方

参加費 無料

受付 裏面の受付票に必要事項を記入のうえ、当日受付に提出してください。
※受付票は当日も配布しています。

駐車場 台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

お問い合わせ先

常磐大学心理臨床センター 〒310-8585 水戸市見和1-430-1
TEL:029-232-2874 FAX:029-232-0114
URL:<http://www.tokiwa.ac.jp/tccp/index.html>

第24回公開講演会受付票

本受付票に必要事項をご記入のうえ、当日受付に提出してください。

※本受付票は当日も配布しておりますが、事前にご記入いただき持参していただきますと、受付がスムーズになります。

フリガナ【必須】		性別【必須】	男性・女性
氏名【必須】			
年齢【必須】	1. 20歳未満 2. 20歳代 3. 30歳代 4. 40歳代 5. 50歳代 6. 60歳以上		
住所【任意】	〒 ※講演会等の案内状送付を希望する方は、必ずご記入ください。		
職業【必須】	【資格】 ※該当する項目に○をつけてください。 1) あり → ①臨床心理士 ②臨床心理士以外 2) なし 【職業分野】 ※該当する項目に○をつけてください。 1) 教育分野 2) 医療分野 3) 福祉分野 4) 産業分野 5) その他()		
	2. 一般		
	3. 本学学生		
	4. 本学教職員		
案内状送付【必須】	1. 希望する 2. 希望しない ※案内状を希望する方には、今後、講演会等の案内状を送付いたします。		

【周辺図】



■水戸駅北口5番バス乗り場(赤塚駅・双葉台団地方面乗り場)「自由ヶ丘」バス停下車 徒歩5分または常磐大学経由で「常磐大学前」バス停下車

■赤塚駅北口1番バス乗り場(JRバス関東)「常磐大学前」バス停下車または赤塚駅南口2番バス乗り場(茨城交通)「常磐大学前」バス停下車

※個人情報の取り扱いには十分配慮し、公開講演会等開催以外の目的に使用することはありません。