

## 【ストレス心理学コース開講スケジュール】

クラス名	レベル	9月	10月	11月	12月
ストレス生理学Ⅰ 「ストレス生理学」	基礎1	9月10日(土) ①	10月29日(土) ①		12月1日(木) ①
		9月11日(日) ②	10月30日(日) ②		12月2日(金) ②
ストレス生理学Ⅱ 「ストレスとメンタルヘルス」	基礎1	9月12日(月) ①		11月1日(火) ①	12月3日(土) ①
		9月13日(火) ②		11月2日(水) ②	12月4日(日) ②
ストレス心理査定	基礎2	9月3日(土) ①		11月5日(土) ①	12月12日(月) ①
		9月4日(日) ②		11月6日(日) ②	12月13日(火) ②
		9月29日(木) ①			
		9月30日(金) ②			
マインドフルネス 自己理解ワーク	中級	9月21日(水) ①	10月8日(土) ①	11月18日(金) ①	12月19日(月) ①
		9月22日(木) ②	10月9日(日) ②	11月19日(土) ②	12月20日(火) ②
		9月23日(金) ③	10月10日(月) ③	11月20日(日) ③	12月21日(水) ③
グループスーパーヴィジョン	上級1		10月2日(日) ①	11月25日(金) ①	
唯識心理ワーク	上級2		10月20日(木) ①	11月26日(土) ①	
			10月21日(金) ②	11月27日(日) ②	
実践トレーニング	実技	9月26日(月) ①		11月11日(金) ①	
		9月27日(火) ②		11月12日(土) ②	
		9月28日(水) ③		11月13日(日) ③	

※基礎1レベル(課目1)、基礎2レベル(課目2)、中級レベル(課目3)については、マナーズストレスカウンセラーは受講必須となります。

その後はご希望に応じて各クラスを選択受講することもできます。

※参加者3名に満たない場合、中止することがございます。

※開講時間は13:00~18:00の5時間と致します。

なお、実技トレーニングのみ10:00~17:00となります。昼食休憩1時間を含みます。