

人生100年時代の メンタルヘルスを考える ～Solution-Bank™が教えるライフハック

生きていけば避けて通れないさまざまな問題。しかし時に私たちのころをおびやかすことも。メンタルヘルス版ライフハッカーSolution-Bank™で長びく人生を乗り切っていきましょう。

※Solution-Bank™

家族心理学や家族療法、短期療法/ブリーフセラピーという心理学や心理療法から発想した、問題の解決事例を集めて伝えて広めて解決のパンデミックを目指す社会活動です。

※ワークを取り入れた参加型講座です。

講師

はなだ りょうこ
花田 里欧子



東京女子大学 現代教養学部心理・コミュニケーション学科心理学専攻 准教授
【専門】 家族心理学/家族療法/短期療法/ブリーフセラピー/臨床心理学

【日時】 2022年10月1日(土) 10:00~12:30 (9:30開場)

【場所】 東京女子大学 本館0101教室(対面式)

【対象】 (女性) 一般・学生

【定員】 25名

【参加費】 1,000円 ※学生無料

【お申込み】 9月25日(日)までに

(1) 申込フォーム あるいは (2) メール



①氏名 ②ふりがな ③電話番号 ④年代

⑤学生/卒業生/一般 ⑥講座を知ったきっかけを明記の上、
件名「10/1 講座申込」とし、ec-initiative@lab.twcu.ac.jp宛。

※新型コロナウイルス感染状況等により、対面式をオンライン(Zoom)に変更する場合があります。