

ストレス・コーピングのための セルフ・コンパッション



2023
9月13日 Wed
13:00~14:00

その不安・そのイライラ、
自分に厳しくしすぎが原因かも
セルフ・コンパッションを通して
脳の「思いやり回路」を活性化し
自分にやさしくなろう

オンサイト・オンライン 同時開催

オンライン会場

●申し込み後ZoomURLをお送りします

オンサイト会場

- 北部相談室会場 旧演習林事務室ラウンジ (定員8名)
- 吉田南相談室会場 楽友会館 (定員8名)
- 桂相談室会場 船井交流センター1F会議室 (定員6名)
- 宇治相談室会場 生協会館2階宇治相談室内 (定員8名)

申込はこちら ↓



9/8
Fri

17:00
締切

詳細は学生相談センターHP
をご確認ください →



本セミナーは
京都大学の学部生・大学院生の方に
ご参加いただけます。

問合せ先：学生相談センターセミナー・イベント申込窓口
event-ssc@mail.assdr.kyoto-u.ac.jp