

<講演会当日の様子>

【講演テーマ】

『いまの自分を見つめてみよう』
～思春期・青年期を生き抜くために～

【開催地・日時】

東京都立産業技術高等専門学校
2024年2月1日木曜日 14:30～15:30

【参加者】

東京都立産業技術高等専門学校 1年生 約100名

【講演内容】

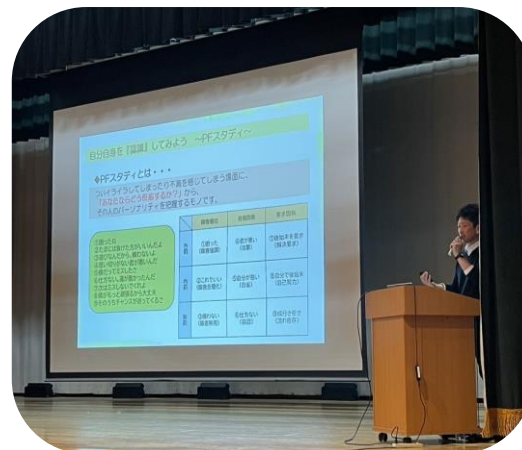
「思春期青年期の自分を再認識してみよう（自分軸と他人軸、自己分析等）」
「コミュニケーションを考えてみよう（他者受容のコミュニケーション等）」
「メンタルクリニック直伝 ストレスケア・コーピング方法」などについてお伝え。

【開催までの準備・打合せ、開催費用】

準備打合せ期間：約1か月半

※オンラインでの打合せ1回、その後はメールにて詳細決定

費用：無料



担当講師：
ゆうメンタルクリニック
治療アドバイザー
水口高志