

# 第 10 回

## REBT 心理士(カウンセラー)によるこころの相談会のお知らせ



(主催) 特定非営利活動法人

日本人生哲学感情心理学会  
(REBT 心理士・士補会)

〒156-0043

東京都世田谷区松原 6-39-15 ハウス梅が丘 102 号

TEL & FAX 03-5376-9323(担当)池尾・金銅・篠原

仕事や人間関係がうまくいかない、身近な人の喪失体験に苦しんでいる、自分の感情をうまくコントロールできないなど、悩みをお持ちの方、専門知識を持つカウンセラーに相談してみませんか。特定非営利活動法人日本人生哲学感情心理学会(代表 聖徳大学教授 菅沼憲治)認定の REBT 心理士約 10 名が無料にて、このような心の問題解決に向けた相談を行います。どうぞお気軽にお出かけ下さい。秘密は厳守致します。



人生哲学感情心理療法(REBT)では主に、うつ、怒り、不安、苦痛、罪悪感、嫉妬、羞恥など「感情」を扱いますが、このような感情の原因を他者に帰するのではなく、自己の信念・哲学・思い込みを見つめなおす方法を学びます。自分の考え方を、REBT 心理士(カウンセラー)と共に客観的に検討してみませんか。



\*この相談会は、人生の悩みを対象としています。現在通院して病気を治療中の方や、投薬治療をしている方の相談はご遠慮ください。

### <相談会場ご案内>

相談日 : 平成 27 年 9 月 27 日(日曜)

場所 : 東京都足立区生涯学習センター 5 階 (千住 5-13-5、北千住駅から徒歩 15 分位)

**部屋番号 「午前:研修室 1、午後:研修室2」**

当日、部屋内にある受付にお越しください(先着順)

【\*会場への直接のお問い合わせは固くお断りいたします。】

相談時間 : 午前 10:00 ~ 午後 3:00 (但し 1 人の相談時間は 約 30 分)

相談料 : 無料です

\* 特定非営利活動法人 日本人生哲学感情心理学会とは:

1996 年 4 月に創立された 17 年の歴史がある学術団体です。その目的は、アメリカにおいてカウンセリング理論として定着している、アルバート・エリス博士の治療哲学にもとづいた人生哲学感情心理療法(REBT)を日本に根付かせ、ラショナルな生き方を実践しようとする方々のお手伝いをさせていただくことです。(非営利団体です)