

睡眠中の夢と心の健康



13:30~15:00

会場:プリモホールゆとろぎ 講座室1

講師 松田 英子 さん 東洋大学 社会学部社会心理学科 教授

プロフィール

専門分野:臨床心理学、人格心理学、健康心理学・学位:博士(人文科学)/臨床心理士/公認心理師

著書

夢の鍵 あなたの未来を思い通りに [飛鳥新社] 1万人の夢を分析した研究者が教える今すぐ眠りたくなる夢の話 [ワニブックス] はじめての明晰夢一夢をデザインする心理学 [朝日出版社] 夢を読み解く心理学 [ディスカヴァー・トゥエンティワン] 眠る:心と体の健康を守る仕組み [二瓶社]

歌る・心と体の健康を引る[HMOV [二版社] 夢と睡眠の心理学ー認知行動療法の立場からー [風間書房]



甲込万法

ゆと3ぎ窓口または申込フォーム <u>7/16(火)9:00から受付開始</u>

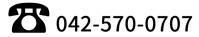
定量

50名(申込順)

問合せ

羽村市教育委員会 生涯学習推進課 (プリモホールゆと3ぎ内)

〒205-0003 東京都羽村市緑ヶ丘1-11-5 9:00~20:00(月曜休館、ただし祝日は開館)





申込フォーム

主催:羽村市教育委員会 • 東洋大学講師派遣事業