

「ストレス・マネジメント概論」(火曜・5限)に日程について

下記のとおり、各回の詳細をお知らせします。

9/27 「大学生の学生生活サイクル」(高野)

10/4 「支え合いのスキルを学ぶ」(植田、清水、河合)

10/11 「キャリアについて考える」(榎本)

10/18 「不安と付き合い」(慶野)

10/25 「ピアサポートを知る」(植田、清水、河合)

11/1 「ストレスと心理的課題」(川崎)

11/15 「生活リズムと心身の健康」(山本)

11/22 「メンタルヘルス」(島田)

11/29 「学習意欲のセルフマネジメント：動機づけの心理学から」(市川)

12/6 「身体運動とメンタルヘルス」(東郷)

12/13 「ハラスメントについて」(佐々木)

12/20 「対人ストレス、および自殺」(武井)

1/10 「神経発達症(発達障害)の適応と支援」(川瀬、島田)

1/17 「社会人生活とメンタルヘルス」(学生相談所または精神保健支援室教員)

※若干の変更可能性があります。

9月16日