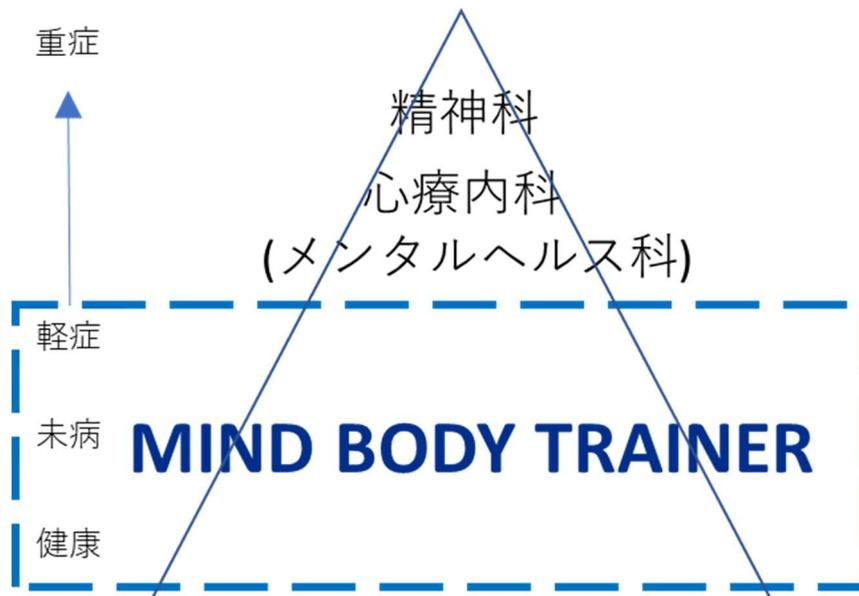
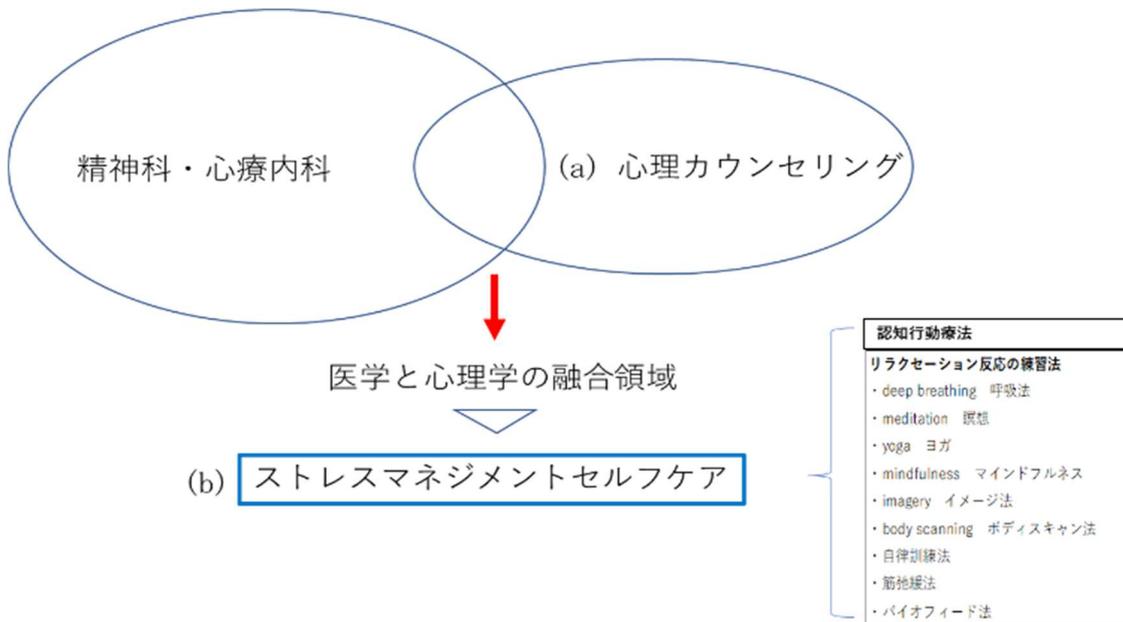


MIND BODY TRAINER について

昭和大学では、「ストレスマネジメント研究所」(以下、研究所)を設立し、この研究所を拠点として、ストレスマネジメントに関する我が国の「研究」、「教育」、「臨床・実践」のさらなる推進と発展に寄与する所存であります。研究所での実践活動の一つとして、ストレスによって心身の不調を感じている未病の方々を対象とした「ストレスマネジメントオンラインプラットフォーム」(MIND BODY TRAINER)を構築いたします。MIND BODY TRAINER では、(a)心理カウンセリングに加えて、ハーバード大学心身医学研究所^(*)で30年間以上の運営実績を有する(b)ストレスマネジメントプログラムを活用したセルフケア・トレーニング(認知行動療法とリラクゼーション反応法によるトレーニング)を実施します。 (*)現 ベンソン・ヘンリー心身医学研究所



【サービス体制のイメージ図】

