

完結型カウンセリング

心を守る力を伸ばす

不安対処カウンセリング

不安でお悩みの方を対象に、自分を理解し、自宅でできる不安対処法をご紹介します。

不安から心を守り穏やかな毎日へ

いろいろ不安
になって辛い

自分で対処できる
方法を知りたい

回数を決めて
通いたい

回数

4回

料金

8800円（1回、50分）

担当

臨床心理士

内容

リラクゼーション法、緊急時の不安対策、
不安耐性を高める各種療法のご案内

ご予約・お問い合わせ

九段こころのクリニック

TEL

03-6256-8397

URL

<https://kudan-kokoro.clinic/>