

スピーチ不安のための広場

機会を増やして、不安場面に慣れましょう！

人前で話すときに、どうしてもアガってしまう方、
人前に立つ機会が少なく、なかなか慣れられない方...
スピーチをするのは不安...なかなか人前に立って話をする
機会がなくて練習できないという方...

**スピーチ恐怖症の治療は、
第一に「不安場面に直面すること」です**
クリニックに、お集まりいただいて、
お互いに練習し合う時間を作りましょう!!



日時 毎月第2土曜日 10:00~13:00

場所 赤坂クリニック8階 ショートケアセンター

参加条件 赤坂クリニックに通院中で、
主治医の了承が得られている方

第1回目は
6/13(土)

料金 : ショートケアとして保険適応で参加いただけます。
(自立支援も適用できます)



同じ悩みを持った仲間の集まりですし、院内で行いますので、
心配いりません。どうぞお気軽に、ご参加ください。
集団認知行動療法に参加経験のある方々には、
特にオススメです！セミナーで学んだ知識や体験をもとに、
復習を兼ねて「実践の場」として活かしましょう！
※詳細はHPをご覧ください。

スピーチ不安の広場 [検索](#)

お問い合わせ・ご予約 **赤坂クリニック 03-5575-8198**

- ・ 基本的には予約制とします。原則として前日の19時までに御連絡ください。
- ・ 当日お越しいただいても参加可能です