

うつ、メンタルを16時間で大幅改善に導く 脳科学心理療法 入門編 受講者の声

大変興味深い内容で楽しみにしておりましたが、想像通りとても勉強になりました

科学的なエビデンスにも興味があり、色々な答えが見つかったように感じています

うつや適応障害の人を前になにもできないと感じていましたが、光りが見えてきた思いです。

脳内が興奮している一方で、身体はリラックスしております。右脳と左脳をバランス良く使えていなかった自分に気づけました。

非常に濃い内容で、大変満足しました。シリーズ化していただければ継続受講したいです。

今回改めてもう一度学びたいと思い受講し、前回以上に理解が深まり、また脳科学についてさらに関心が高まりました。

脳科学について知識がないのは非常にもったいないと思いました。

感情に関する心と身体の繋がりは自分にとって興味深い内容でしたので、受講できてよかったと感じています

