

INSTITUTE FOR PSYCHOLOGICAL HEALTH
&
THE BEAUTIFUL MIND

PRESENTS

ABCD OF REBT

अर्थात विवेकनिष्ठ मानसशास्त्र नेमके आहे तरी काय ?

- १ निगेटिव्ह विचार खायला उठतात... कुठे जावं ?
- २ वाचताना सारे पाठ पण प्रत्यक्षात वागताना वाट लागते त्याचे काय ?
- ३ वारंवार टेन्शन येतं... स्वतःला टफ बनवायचं आहे ... पण कसं ?
- ४ मनासारखे झाले नाही तर इतकी चिडचिड होते की काही विचारता सोय नाही... काय करायचं ?



अल्बर्ट एलिस

विवेकनिष्ठ मानसविकासशास्त्राचे जनक

ह्या सगळ्या प्रश्नांची उत्तरे जरी त्या त्या व्यक्तींनी शोधायची ठरवली तर त्या उत्तरांची दिशा ठरवणारे मॉडेल दिले आहे **REBT** अर्थात विवेकनिष्ठ मानसशास्त्राने.

● **दिनांक** : २४ (शनिवार) आणि २५ (रविवार) नोव्हेंबर २०१८

● **प्रशिक्षक समन्वयक** : डॉ. सुखदा चिमोटे, मनोविकासतज्ञ

(REBT Practitioner Certified by Albert Ellis Institute, New York)

● **स्थळ** : आय. पी. एच., श्रीगणेशदर्शन टॉवर, ९ वा मजला, तीन पेट्रोल पंपजवळ, हरिनिवास सर्कल, एल. बी. एस्. रोड, ठाणे (प.)

● **वेळ** : सकाळी १०:०० ते सायंकाळी ०५:०० ● **संपर्क** : संध्या +९१ ९८७०११५६९३