

日々の活力のために、感情・思考・行動をコントロール

メンタル・マネジメント研修

「企業は人なり」人財こそが企業の活力の賜物です。しかし、日々時間に追われながら一所懸命に業務に励む中、突然、なにか不安になる…。心は見えないからこそ、その健康に日頃から気をつけ、ケアすることが大切。心の健康あってこそその仕事です。

少し立ち止まって3つの心理学（交流分析・NLP・ポジティブ心理学）のエッセンスを取り入れ、これからも生き活きと仕事を進めるための「心理のコツ」を学ぶ講座です。

・NLPとは・Neuro Linguistic Programming（神経言語プログラミング）の略で、1970年代に開発された心理学。コミュニケーションの手法として活用され、同時に目標達成や自己成長にも大きな効果をもたらします。

日 時 平成29年2月21日(火) 9時30分～17時

会 場 高知県立地域職業訓練センター（高知市布師田／裏面参照）

講 師 人・みらい研究所 代表 筒井典子氏



LABプロフィール®（言葉と行動分析）認定コンサルタント&トレーナー
全米NLP協会公認 NLPマスタープラクティショナー
日本NLP協会公認 NLPマスタープラクティショナー
NPO法人 日本交流分析協会 交流分析士 インストラクター

● カリキュラム ●

	内 容
	1. 自分を見つめよう～ポジティブ心理学のエッセンス ・価値観のワーク ・ネガティブ感情の中和法 ・強みを活かすトレーニング
	2. 人との関わり～交流分析のエッセンス ・ストロークの法則 ・否定的ストロークの送り方
	3. 心を楽にする～生き方のコツを知る ・リフレーミング ・喫茶去（きっさこ）
	4. 逆境に負けない自分になる ・レジリエンスのエッセンス ・幸福度を高める生き方
	5. 明日に向かって～NLPのエッセンス



■ 主 催：高知県産業訓練協会／後 援：高知県経営者協会 ■

◆◆ 開催要領 ◆◆

■ 対 象 中堅社員・管理者等

■ 定 員 15名 (最小開催人員10名)

*最小開催人員に満たない場合は、中止させていただく場合がございますのでご了承ください。

■ 参加費

高知県産業訓練協会会員	1名	13,000円	}	(資料代・昼食代を含む)
高知県経営者協会会員	1名	15,000円		
会員外	1名	20,000円		



*参加費は、次の口座への振込み、または当時現金をお持ちください。

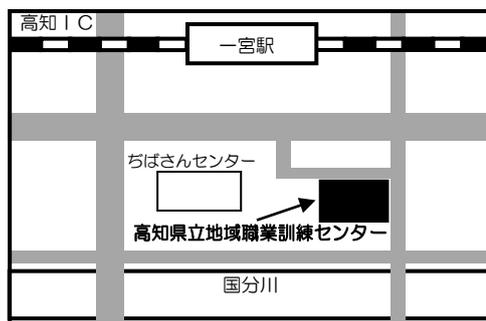
なお、当日のキャンセルは、参加費の返却はいたしかねますので、ご了承ください。

(振込先 高知銀行本町支店(普) 0294608 } 口座名義
 四国銀行高知市役所支店(普) 0050252 } 「高知県産業訓練協会」)

■ 申込方法 参加申込書に必要事項をご記入のうえ、2月10日(金)までに、FAXまたは郵送でお申し込みください。

■ 申込先 高知県産業訓練協会 (担当 芳川、永野)
 〒780-0870 高知市本町4-1-16 高知電気ビル別館2階
 FAX 088-823-6444 (TEL 088-824-8984)

■ 会場案内図



(所在地)
 高知市布師田 3992-4
 TEL 088-846-2300

※心療内科などに通院中の方、精神的なテーマで投薬を受けている方の参加はご遠慮下さいませ。

きりとり

高知県産業訓練協会 行き (FAX 088-823-6444)

メンタル・マネジメント研修 (H29.2.21)

会社名 / (業種)

所在地 / 〒 TEL

申込担当者 / 役職 氏名 /

E-mail /

氏 名	所属・役職	年 齢	備 考

☆参加費の納入方法 1 現金 2 銀行振込 (月 日頃予定)

3 請求書 (要・否) 振込用紙 (要・否)

(注) ご提供いただきました個人情報は、セミナーの運営にのみ利用し、安全管理に努めます。