

楽しく目標達成にとりこんでいますか？
計画通り目標を手に入れていますか？
失敗したり不安があるとき、自分をマネジしていますか？

コミュニケーションには2通りあります。それは、

①自分とのコミュニケーション ②他者とのコミュニケーション
どちらも自己イメージを作る上でとても重要です。子どものときは、他者とのコミュニケーションに影響を受けますが、大人になると自分とのコミュニケーションが、自己イメージを作る上でのポイントになります。

この研修の背景には、NLP=Neuro Linguistic Programming(神経言語プログラミング)というカウンセリングの理論や、心理学および大脳生理学等の立証済みの学問に基づいています。

研修では演習を通して得る気づきを大事にしています。なぜなら、人は気づきによって行動変容を起こしやすいからです。本件集では、意識をセルフ・コントロールし、目標達成に向けて主体的に取り組むように自分をマネジする実際的な方法を学びます。

楽しく学ぶ！

<概要>

日程： 2日 9:00~17:00

対象： 目標達成を目指す方はどなたでも！特にリーダー、マネジャー

人数： 20名

<内容>

- ・コミュニケーションの原理を知る
- ・イメージと心の働きを知り、ポジティブ思考を目指す
- ・自分が大切にしているものを見ていく(あなたを作る原点)
- ・自分の気持ちをセルフコントロールして欲しい結果を出す
- ・主体性を発揮するとは？
- ・より良い対人関係を作るには？
- ・効果的な目標設定と実現に必要なものは？