

人はすでに、すばらしい能力と可能性を持っています。

実践ビジネスコーチング

BUSINESS COACHING

感情のマネジメント:

ポジティブ感覚を定着させる

今回は、まず自分自身の感情をマネジメントする力を高めること。

そして、その経験を元に「感情のマネジメント力」を向上するための視点や切り口を学んで、コーチングで扱えるようにしていきます。私たちは必要なときに必要な感情を思う存分味わうことが重要です。一方、相手のネガティブな感情をうまくコントロールして対応していくことも重要です。今回は自分自身が持っている「ピリーフ」とか「セルフトーク」に焦点を当てながら、どういう感情を味わうかを自分自身で選択できるようになり、ポジティブ感覚を定着させることに取り組んでいきます。

開催日

2022年9月11日 [日]

時間

13:30~16:30 (受付13:00~)

内容

感情のマネジメントとは、なぜ感情のマネジメントが必要か、自己観察、非合理的なピリーフを見直す、ポジティブなセルフトークに書き換える

会場

あだち人材育成研究所

定員

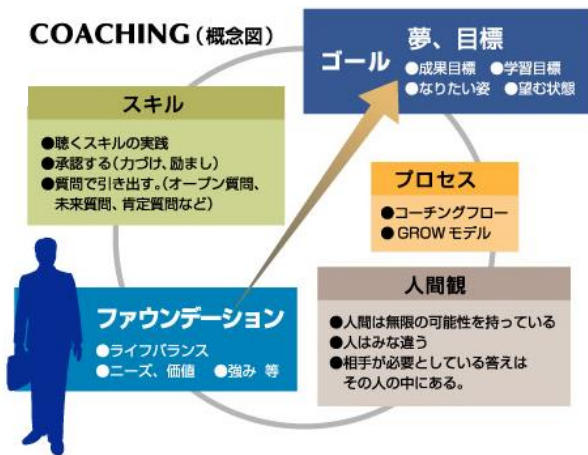
15名

参加費用

会員:3,000円、一般:4,000円

お申込

※下記の申込書をFAXまたはメールにてご返信下さい。



あだち人材育成研究所
Adachi Human Resource Laboratory

<http://www.adachi-humanresource.com>

コーチング・プレゼンテーションスクール

代表 足立 博俊 Hirotohi Adachi

〒683-0851 鳥取県米子市夜見町 2991

TEL・FAX 0859-21-2003

e-mail adachi-jinzai@arrow.ocn.ne.jp

1948年生まれ 関西電力(株)にて20年以上マネジャー職に携わり、部下育成と組織運営に関わる。2003年より本格的にコーチングを学び始める。

国際コーチング連盟プロフェッショナル認定コーチ/生涯学習開発財団認定マスターコーチ/
(株)コーチ・エー クラスコーチ 研修トレーナー/日本コーチ協会山陰チャプター代表



申込書

(フリガナ) 氏名	生年月日	年	月	日	男・女	携帯TEL	()	
(フリガナ) 勤務先	TEL	()				FAX	()	
所在地 〒							e-mail	

●受講するにあたって、ニーズ、ご要望、目標などがあればご記入下さい。