

— 強みを発見して、輝く私になる —

人生の可能性が広がる メンタルタフネス講座

強みを知ることによって自己理解が深まり、自己受容ができるようになる。
仕事力、コミュニケーション力も高まり、新たな自分に出会える。

2017 **初級** 11/3 (祝) 14:00-17:00

初級のみの参加もOK! **中級** 4 (土) 10:00-18:00

強み診断「わたしの 32」を使って、あなただけの強みを導き出します。32の素質のうち、あなたの中で際立つ5つが結果として出てきます。まったく同じ強みを持つ人と出会う確率は、1 / 24,165,120。あなただけの強みを知ることによって、自分らしさを活かした働き方や人生の可能性が広がります！

講座内容

初級

- ・自己信頼感を高める
- ・強みを活かしている状態を知る
- ・強みと弱み、本来持っている強みを育てる
- ・自分に告げる言葉 など

受講料

強み診断 & Advice Book 付き /
¥7,560 (税込み)

中級

- ・強みを育てる
- ・感情・行動・強みのコントロール
- ・強みを活かしている姿を描く
- ・自分の強みに話しかける など

受講料

¥27,000 (税込み)

中級講座は、初級講座に申込みまたは受講された方のみ受講可能となります。

講師



人材育成コンサルタント
強み発掘スペシャリスト

森田 由美子

現在、一般社団法人メンタルタフネス協会代表理事。株式会社 C's PORT 代表取締役。産業能率大学及び自由が丘産能短期大学講師。広島産業保健総合支援センター特別相談員。企業数社のメンタルヘルス支援、カウンセラー、人材育成コンサルタントを務めながら、官公庁・起業・病院などの研修を担当。のべ9万8,000名以上の力を引き出してきた経験と、教員経験を活かし、クライアントの環境・状況に合わせた実践的な知恵を分かりやすく伝えることが得意。2009年から個々の強みを最大限に発揮して、元気に生き生き働くことを支援する「メンタルタフネス・プログラム」を展開している。

会場

一般社団法人メンタルタフネス協会

広島県広島市中区本川町 2-6-5 相生橋KMビル402(C's PORT内)

セブンイレブン
ビル4F

申込

申込はこちらの URL より ▶ <http://mental-toughness.or.jp/beginner/>

お問合せ

ご不明な点は082-208-2572 または info@mental-toughness.or.jp にお気軽にお問い合わせください。



どのように活用し、前進していくのか？
 どのような視点で、強みを捉えるのが良いのか？
 本来、あなたが既に持っている原石を磨いて、
 あなたらしく輝きましょう！



メンタルタフネス講座 \ 詳しくはメンタルタフネス協会のHPをご覧ください /

メンタルタフネスとは、仕事・プライベートなどの生活の中で、軸がぶれない心の基礎体力（自己信頼、他者尊重）と、自分の感情と行動をコントロールし、安定して伸びやかな状態をいいます。自分を信じる（自分に自信を持つ）ことで、他者へも関心が持てるようになり、良好な人間関係につながります。メンタルタフネス講座では、自分を知るための一つの方法として、あなたの強みを見つけられる、『強み診断「わたしの32」』の結果をもとに、自分の強みやいいところに焦点を当てて、自分の強みについて理解を深めていく講座です。

初級

自分の強みを知り、
自己信頼感を高める
強み診断結果の上位5つをお伝えします。

中級

強みと弱みの関係を知り、
強みの活かし方を手に入れる
強み診断結果の下位5つをお伝えします。

上級

強みのタイプ別を学び、
人間関係に活かす方法を手に入れる
自分の強み診断結果の1位から32位までの
並びを知ることができます！

認定講師

メンタルタフネス・プログラムを、お仕事でも使える認定講師講座もあります。

お得な3種の割引！

- 1 早割 ¥1,000引き ・2週間前までにお申し込みの方
- 2 グループ割 ¥2,000引き ・2週間前までに2名様以上での申し込みの方
- 3 W受講割 ¥3,000引き ・2週間前までにお申し込みの方

※他の割引きとの併用不可

申込は下記のURLより

<http://mental-toughness.or.jp/beginner/>

↓メールでも申し込み可能

TEL:082-208-2572

FAX:082-208-2572

MAIL: info@mental-toughness.or.jp

