

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。

2018 **初級** 2/20 (火) 10:00-13:00

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。  
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

\ 強み診断 & Advice Book付き /

受講料 ¥7,560 (税込み)

### 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

セブンイレブンビル4F

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)

### 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](mailto:info@mental-toughness.or.jp) に  
お気軽にお問い合わせください。

# 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。

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！

## 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

強み診断結果の下部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名様以上のお申し込みの方
- 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

MAIL: [info@mental-toughness.or.jp](mailto:info@mental-toughness.or.jp)

TEL/FAX: 082-208-2572

