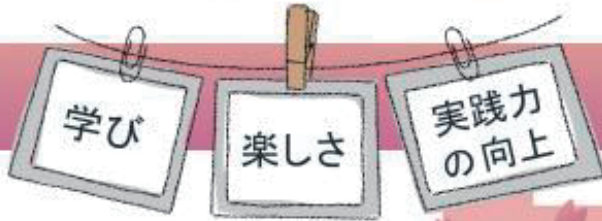


1 2 3 **4** 5 6 7 8



# 感情のマネジメント

## ポジティブ感覚を 身につける!



ファシリテーター

日本コーチ協会  
山陰チャプター代表

国際コーチング連盟  
プロフェッショナル認定コーチ  
(一財)生涯学習開発財団  
認定マスターコーチ



あだち  
ひろし  
**足立博俊**

### ■内容■

1. 感情のマネジメントとは?
2. ビリーフについて
3. 非合理的なビリーフを見直す
4. セルフトークと感情のマネジメント
5. ネガティブなセルフトークを  
ポジティブなセルフトークに変える

### ファシリテーターからの コメント

感情のマネジメントは、とても重要なテーマの一つです。最近注目されている「アンガーマネジメント」だけでなく、感情全体をマネジメントできる手法・能力を身につけて頂きます。今回は、ビリーフ、セルフトークといった切り口で考えていきます。ご期待ください。

**10周年記録懇親会開催!**  
学習会終了後、10周年記念懇親会を行います。  
学習会に参加される方はもちろん懇親会への参加もOKです。  
一緒に楽しみましょう!  
会場:米子駅周辺(詳細は決定次第連絡します)  
時間:17:30~ 2時間程度  
会費:4000円

# 2024年4/14日

定員 40名 (定員になり次第締め切ります)

対象 コーチングに興味のある方、コーチ力を高めたい方、  
コーチングを組織の中で活用したい方、  
コミュニケーション能力を高めたい方等  
どなたでも参加していただけます。

日時 13:30 ~ 16:30 (受付13:00~)

会場 米子コンベンションセンター 第4会議室

参加費 正会員・賛助会員 1,000円  
一般 2,000円  
学生 1,000円

米子市末広町294 Tel. 0859-35-8111

◎ 参加費は当日お支払いいただけます。

★正会員のお申込も  
同時受付中!

FAX  
受付

0859-21-2003  
JCA山陰チャプター代表 足立 宛て

WEB  
受付

<https://jca-sanin.com/>  
JCA山陰チャプター ホームページ



※ご記入いただきました個人情報は、JCA山陰チャプターの会員管理・情報提供の目的のみに使用します。ご本人の承諾を得ずに第三者に提供し利用することはございません。

お申込書

フリガナ		第76回10周年特別学習会
氏名		ご連絡先 TEL
住所	〒	ご職業
E-Mail		懇親会 参加
		する・しない