

誰でも簡単にできる 感情のコントロール法



- ・些細なことでも「イライラ」や「怒り」、「焦り」を感じ、表情や態度に出してしまう。
- ・ちょっとしたミスや人の意見に落ち込んで辛い。
- ・緊張し過ぎて思うようなパフォーマンスができない。

多くの方がこんな経験をされているのではないのでしょうか。こんな時は、普段どおりに発言や行動ができなかったり、自らの足を引っ張るマイナス行動へ繋がってしまったりします。

今回は、感情をコントロールし、上手に付き合う方法をお伝えします。ネガティブな感情になった一瞬ですぐに行動できる、簡単で効果の高い手法です。

大切な局面で落ち着いて行動できるようになりたい方、困難を乗り越えて確実に成果を上げたい方、優れたリーダーシップを発揮したい方は、是非ご参加下さい。

日程：2019年

11月14日(木)

時間：午後**6:30**～午後**8:30**

講師：前田 和子 氏

[NLPトレーナー/コーチングトレーナー]

場所：当事務所2Fセミナールーム

会費：3,000円(税込)

このセミナーで学べる手法

● アンカリング

五感を使って「条件付け」を決めておくことで、ネガティブな状態から瞬時に最高の状態を引き出す手法。

● サブモダリティ

五感を使って、感情・思考・思い込みなどに変化を与え、印象や感じ方を瞬時に変える方法。

NLPとは・・・

心理学に基づいて開発された、日常生活やビジネスで威力を発揮する、コミュニケーション・能力開発の技法です。カウンセラーやセラピスト、経営者、弁護士、セールスパーソン、コンサルタント、教育関係者に至るまで多くの方が学んでいます。オバマ元大統領やダイアナ元妃、マザーテレサも学び、自身の活動で活かしていました。

御社名	お名前
TEL	FAX

今すぐご返信下さい
↓ FAX 084-931-1434 ↓



池永経営会計事務所

〒721-0965 広島県福山市王子町1-2-24
TEL084-931-1428 FAX084-931-1434
E-mail: aikenaga@bronze.ocn.ne.jp