

最近注目を集めているポジティブ心理学の基礎を一日で学んでいきます

# ポジティブ心理学入門講座

健康という言葉を、ただ単に「肉体的な面で病気ではない」という意味で使う人たちが多く、ウェルビーイングという言葉を用いるならば、身体的・心理的・社会的にすべてが満たされているという意味での「健康な状態」「しあわせな状態」を表現できるのです。

科学的な検証をもとに「よい生き方とはどのような生き方か？」その要素や実現方法について学ぶ一日。ビジネスパーソンにとっても、働き方の姿勢やこれからの生き方を考えるきっかけになるような講座です。



自らの悲観／楽観主義度合いを見つめるワークや、「幸福」について考えるグループワークを通してポジティブ心理学を理解していきます。

レジリエンスを源泉とした「リーチアウト力(働きかける力)」についても考えていきます

🚲 日時 **10月30日(土)** 9:30~16:30

🚲 会場 各受講環境下 (on-line研修となります)

🚲 対象 ポジティブ心理学に興味のある方、新しいカウンセリングスタイルを学んでみたい方等



講師: 須藤康彦氏

略歴: 支部認定講師/2級キャリアコンサルティング技能士

受講料: 会員 8,800円/非会員11,000円

予備知識一切不要。自分にとっての幸せとは何かを考える一日です。

🚲 問い合わせ先

東関東支部研修部

☎04-7168-7160

✉hkt-kensyu@counselor.jp

お送りしております研修冊子内のご案内に一部誤植がございましたので訂正し、お詫び申し上げます。HPIにて掲載しております冊子(PDF)及びこちらのチラシをご覧ください