

モチベーションをあげたい方、着実に目標に近づきたい方のための

効果的な目標設定スキル

お正月に立てた目標が着実に実現に向けて動き出している人、もうあきらめてしまった人、目標自体が何だったか忘れてしまった人、そもそも目標が思い浮かばなかった人・・・その違いはどこにあるのでしょうか？

「目標達成が難しい」という方の原因を探ってみると、能力や意志の問題ではなく、目標設定のやり方が効果的でないことがほとんどです。せっかくのあなたの能力や時間やエネルギーが、「やり方を知らない」というだけで十分活かされないなんてもったいないと思いませんか？

今回のセミナーでは、人間の脳の仕組みに沿った、モチベーションがあがりやすい効果的な目標設定スキルについてお伝えします。根性で追い込むのではなく、無理なくパフォーマンスを上げる方法を身に付けたい方、ぜひご参加下さい。

◆ 期待できる効果 ◆

- ・ 目標に向かうときのモチベーションの高め方・心の状態管理の仕方が理解できる
- ・ 自分の可能性を引き出す目標設定の仕方が理解できる

内容：

- ・ 潜在能力を引き出すコツ
- ・ 8フレームアウトカム
(モチベーションがあがりやすい効果的な目標設定スキル)
- ・ 実習

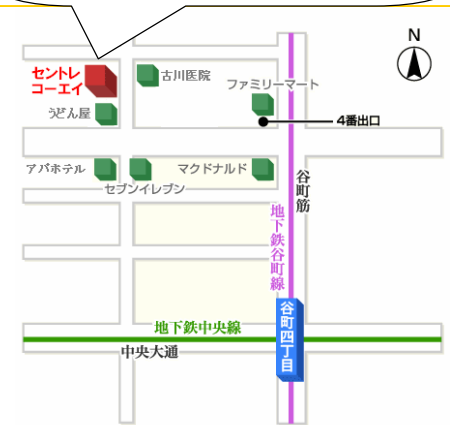
◇ 講師 ◇ 常光 瑞穂 株式会社ライフキャリアサポート代表取締役



◆ プロフィール ◆

産業カウンセラー。臨床心理士。これまで600人以上のビジネスパーソン、起業家、専門職の方々のカウンセリングを実施しており、10代から60代まで幅広い年齢層・立場の方々と関わりを持つ。モチベーションマネジメントやストレスケアをテーマに企業研修を年間70回程度実施するほか、企業へのメンタルヘルス対策推進コンサルテーションも行うなど、働く人々のHAPPYをサポートする活動を続けている。

谷町四丁目4番出口を出て、そのまま直進。一つ目の角を右折、左手二つ目の建物です。1Fに居酒屋「こうじ」、2Fにインド料理店「チャンドアン」のある建物の10Fです。



(谷町線/中央線 谷町四丁目4番出口から徒歩3分)

◆日時：2009年5月9日(土) 14:00~17:00

◆料金：一般4,000円 弊社契約企業の方3,500円 (定員10名限定)

◆会場・お申し込み・お問い合わせ：



株式会社ライフキャリアサポート

〒540-0025 大阪市中央区徳井町1-3-14 セントレコーエイ1002

TEL 06-6946-6627 FAX 06-6946-6637 URL <http://www.life-c-s.com/> MAIL inquiry@life-c-s.com

お申し込みは、簡単です！ 下記の必要事項をライフキャリアサポートまでご連絡いただけます！

お名前、ご連絡先（電話 or メール）、弊社契約企業の方は企業名（法人名）

お電話、FAX、メールいずれでも、あなたのご都合のいい方法でご連絡ください。

ハッピー ライフ&キャリア セミナーとは？

(株)ライフキャリアサポートでは、みなさまのライフ&キャリアに役立つ体験セミナーを、開催しています。

<ハッピー ライフ&キャリア セミナーの特徴>

◎ 高い満足度！ 高いリピート率！

これまでの参加者のなんと100%が「満足した」「よかった」と答えています。「居心地のいい空間だった」と、レポートでお申込んだりも多くなっています。新規ご参加の方も毎回半分はいらっしゃいますので、初めての方も安心してご参加いただけます。

◎ 少人数だから体験して、日常に活かしやすい！ 「聞いてよかった」に終わらずに実際に使える！

例えば、Vol.1 アロマセラピー体験参加者の9名中6名からセミナー後に「アロマ器具を購入した」など、学んだことを実際に使っているという声が届きました！少人数だから、自分のペースで体験でき、質問もしやすく、学んだことが活かしやすいのです。

これまでのセミナーのレポートが弊社ホームページからご覧いただけます ⇒ <http://www.life-c-s.com/>



アロマセミナー時の様子↑