日本離床学会
教育講座

講座コード R-231

3STEPで身につくメンタルマネジメントと実践

こんな時代だからこそ手に入れるべき“自己肯定感”
～自分を理解して前を向くアプローチ～

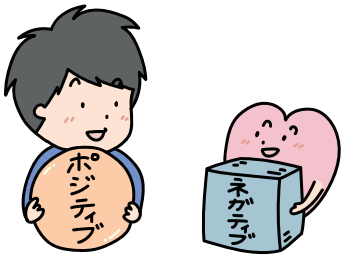
日　時：2024年5月11日(土) 10:00 ～ 12:00　2週間見逃し受講期間あり
会　場：インターネット生ライブ中継
講　師：津田　紘彰 先生(日本コーチカウンセラー連盟会長)
対　象：看護師・PT・OT・ST(左記以外でも受講可)
受講料：会員 5,400円(税込) 一般 6,400円(税込)　新入会 会費無料

ネガティブシンキングから脱却しよう

ネガティブシンキングからの脱却には、自分を知って前に進む“自己肯定感”を高めること。普段はスルーしがちな自分を徹底分析して、ポジティブに変わる具体策を、自己肯定感アニキこと、津田先生が熱い講義で教えてくれます。

プログラム

- なぜ？仕事もプライベートもうまくいかないのか？
  ～自己肯定感無き人生に成功なし～
- セルフイメージ・マトリクス4つのタイプ別
  自己肯定感の高め方
- 褒めてもダメ、叱ってもダメ！
  誰も教えてくれなかった相手の自己肯定感の高め方
- 効果抜群！
  自己肯定感を高める3つのワーク
- 最新脳科学が教える「真の自己肯定感」の育て方



「前向きになれるメンタルの持ち方」全6講座シリーズで開催！

5月26日(日)	6月15日(土)	6月26日(水)	7月15日(月・祝)	7月27日(土)
ネガティブ思考	マインドセット	ポジティブシンキング	マインドフルネス	ワークライフバランス

6回まとめて申し込むと
クーポン3,000円分プレゼント！
会員のみ 30名限定

※上記各 1 講座受講で離床アドバイザー習得コースの理論コース 0.5 単位を取得できます。

※各講座の詳細は HP をご覧下さい。

受講方法　ホームページよりオンライン登録
日本離床学会　検索

お問い合わせ・お申込先　日本離床学会
〒102-0073 東京都千代田区九段北1-2-12 プラーレルビル 2F
ホームページ http://www.rishou.org/