

第5回

自分を整え強みを活かすワークショップ in福島2019

テーマ パーソナルファウンデーション（自己基盤）とセルフイメージ

今年も近藤真樹コーチをお迎えし、パーソナルファウンデーション（自己基盤）を扱うワークショップを開催します。**パーソナルファウンデーションとは自分自身の土台**。土台がしなやかに安定していると自分らしく生きることがスムーズになり、人との関係性も穏やかなものになります。

今回はパーソナルファウンデーションの基本と、そこに大きく関わる**セルフイメージ**をじっくり扱い、より満足度の

高い自分を手に入れるアクションプランをお持ち帰りいただく
こうと思っています。安心して楽しく取組んでいただける環境
を整えて、皆さまのご参加をお待ちしております。



10月5日(土)

10:00～17:00 (開場9:40)

10月6日(日)

10:00～16:30 (開場9:40)

*2日間ですが、どちらか1日のみのご参加も可能です。

ただし、パーソナルファウンデーションを扱うのが初めての方は初日のご参加をお勧めします。

10月5日(土)【パーソナルファウンデーションとセルフイメージ(基礎編)】

パーソナルファウンデーション、セルフイメージとは何かを理解し、実際に自分の行動や考え方、物ごとの
選択や人との関わりでどう影響しているのかをみていきます。

10月6日(日)【自分のセルフイメージを見直しバージョンアップする】

①内側からのアプローチ

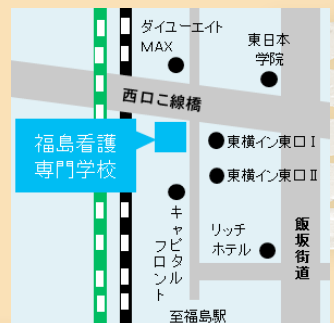
②外側からのアプローチ

自分らしく自分を活かしていくことに意識を向けていく時間です。

また、実はセルフイメージに大きく関わる自分の外側(見た目)についても扱います。

【会場】 福島看護専門学校 (福島市栄町1-37)

※JR福島駅東口から徒歩3分



ファシリテーター
近藤真樹

(株) コミュニケーション・ファウン
デーション代表取締役
ICF (国際コーチ連盟)
マスター認定コーチ
Gallup社認定ストレングスコーチ

ファシリテーター
遠藤 律

ICF (国際コーチ連盟)
アソシエイト認定コーチ
Gallup社認定ストレングスコーチ
KOZUstyle認定イメージコンサルタント

ファシリテーター
内藤秀明

ICF (国際コーチ連盟)
アソシエイト認定コーチ
Gallup社認定ストレングスコーチ
アンガーマネジメント協会コンサルタント
けやき歯科医院 院長

※ファシリテータ以外にも国際コーチ連盟認定コーチがサポートします

【参加費】 2日間参加の場合15000円(★学生の方は10000円) どちらか1日参加の場合9000円

*参加費は事前振込となります。お申し込み後、振込先をお知らせいたします。

【お申込み】 お申し込みフォームよりお申し込みください。

コクチーズURL <https://kokucheese.com/s/event/index/572006/>

【キャンセルポリシー】 開催3日前(10月2日)以降のキャンセルに関しましては
参加費をお返しできませんので予めご了承ください。

【懇親会】 1日目の17時30分より懇親会を予定しております。

こちらまでぜひご参加ください。会費4,000円(予定)

【お問合せ】 コクチーズお問合せフォームよりお願いいたします。



主催 福島コーチング事務局

コクチーズURL