



Center for Coaching Psychology, Japan

【コーチング心理学 実践ワークショップ】 仙台 【3月11日】

◆【レジリエンス・コーチング】: 逆境を乗り越えるためコーチング心理学

【内容】: 今回は、3.11の震災からの逆境を立ち直るための復興の気持ちを込めて、認知行動コーチング、ポジティブ心理学などを応用して、「レジリエンス」(逆境力・回復力)・コーチングを実践します。レジリエンスは、逆境力・回復力を示し、コーチング心理学にとって、極めて重要な概念です。様々な困難を乗り越える経験は、人生の大きな糧になります。また、他者に対して、より素晴らしい支援を行えることができます。レジリエンス、逆境に向けた「コーチング技法」、「質問技法」、「ポジティブ・フィードバック(ほめる技術)」を実践します。また、今回、レジリエンスに関する理論を使ったコーチングを予定しています。

★【講習内容】: 認知行動コーチング、ポジティブ心理学アプローチのコーチング

- ◆(1) 「レジリエンス」とは何か? 逆境を乗り越えていくための要素とは何か?
- ◆(2) 「レジリエンス」に関わる理論、コーチング心理学の「スキル」と「パーソナリティ」
- ◆(3) 「レジリエンス・コーチング」 逆境力を高めるコーチング・ワーク
- ◆(4) 「レジリエンス」に関わる12つの理論を利用した「質問力」向上のための コーチング心理学カード・ゲームを実践する。



◆【こんな人におすすめ】 ……初めての方でも歓迎 わかりやすくお伝えいたします。単発講座、いつでも参加可能。
★レジリエンス・コーチングを実践してみたい人。★質問力を向上させたい人。★逆境力を高めたい人。
★逆境力を高める支援をしたいひと。★これまでの経験や知識を実践できるようにしたい人。
★困難に強い人を育成したいと考えている人。レジリエンスについて詳しく知り、日常生活で生かしていきたい人。
※内容は、多少変更される場合もございますので、予めご了承下さい。

【講習費】 : 2000円 (学生1000円) 資料代として

【会場】 仙台アエル 6F 情報・産業プラザ セミナールーム(1)B

【開催日時】 : 2013年3月11日(月)

(平日コース) 18:30~21:00 (開場 18:10)

※申し込みの最終締め切り 3月10日(日) ★先着 12名様

【申し込み】 <https://ssl.kokucheese.com/event/entry/73760/>

◆【QRコード】も併せて、ご利用願います。携帯、スマートフォンから申し込み可。
今後は3月24日(日): ナラティブ・コーチング: 人生の物語を語るコーチング心理学にてワークショップの開催を予定しています。



【主催】 : 日本コーチング心理学協会 Center for Coaching Psychology