



自分を知ることビジネスチャンスを引き寄せる

セルフコーチング入門コース



受講期間: **2か月**

受講料: **11,880円** (消費税含)

教材構成: テキスト1冊 添削2回

講師: **井内郁子** (フィールド・ドリーム代表)

ねらい

セルフコーチングは、自分の長所・短所を知り、それを踏まえた上で行動していくことで、ビジネスを成功させる大きなキーを引き寄せることができます。

セルフコーチングができるようになると、自分の好きな時間にコーチングが行えるため、コーチングが日常的なものになります。

特色

- セルフコーチングの基本から、実践的な内容を網羅しています。
- 自己理解、ストレスマネジメント、コミュニケーション、モチベーションについて、セルフコーチングの観点から理解します。
- ワークシートを多数用意しており、セルフコーチングが自然と身につきます。

1・2単元

- 第1章 セルフコーチングについて理解しよう
- 第2章 自己理解を深める
- 第3章 ストレスマネジメント
- 第4章 コミュニケーション
- 第5章 モチベーションアップ



一般社団法人 日本経営協会

<http://noma-tsushin.com/>

003-C0-362-01_08-1712-01