

ポジティブ心理学が解き明かす
WELL-BEINGを育てるトレーニング
トライアル・セミナー
～ありたい人生を手に入れる～

概要：「幸福」や「健康」の意味を持つWELL-BEINGをポジティブ心理学の理論を使って育てるセミナーです。

ポジティブ心理学とは、1998年に当時のアメリカ心理学会会長だったマーティン・E・セリグマン博士によって提唱された心理学の新しい領域です。

ポジティブ心理学の第一人者で、ハーバード大学の人気講師でもあったショーン・エイカーは、IQの高さやEQの能力が成功を決めるのではなく、IQやEQの能力を統合し、最大限発揮することが重要であり、その鍵となるのがポジティブ才能（PQ）であると述べています。

本セミナーでは、ポジティブ才能（PQ）によってもたらされるWELL-BEINGに注目し、その構成要素である（セリグマン博士の）「PERMA」理論をワークを通して実践的に身に付けます。

こんな人におすすめです：

1. ストレスをコントロールする方法を学びたい
2. 毎日楽しく過ごしたい
3. 自分に自信を持ちたい
4. 人間関係を向上させたい
5. 仕事も人生も充実させたい

◆ 開催日
3月1日（日）

◆ 時間
10時～17時

◆ 懇親会
17時30分～19時30分
セミナー本編の内容をさらに深めていただきます

◆ 料金
12,000円（税込）
学生5,000円（税込）
*懇親会付き

◆ 会場
目黒区中小企業センター
第一会議室

◆ 定員
30名

主催：ポジティブサイコロジーウェルビーイング事務局

ポジティブ心理学が解き明かす WELL-BEINGを育てるトレーニング トライアル・セミナー ～ありたい人生を手に入れる～

本セミナーは、2日間のセミナーのエッセンスを気軽に体験していただける内容となっています。

講師



孫 逸舒(そん いつじょ)

12歳来日。公立の小・中・高校を経てお茶の水女子大学心理学コースに進学。現在、同大学博士後期課程在学中。

専門は発達精神病理学。

文部科学省所管(財)生涯学習開発財団認定アートセラピスト
現在は博士論文執筆の傍ら、中小企業経営者、アーティストを中心にアートセラピー個人セッションを行っている。

催眠を使ったスプーン曲げを芸能人や視聴者に教えるため
TBSテレビのバラエティ番組に数回出演。

太田哲二(おおた てつじ)

人財開発・組織開発コンサルタント 社団法人ポジティブイノベーションセンター理事。

立教大学経営学部兼任講師。九州大学卒業後、世界トップクラスのグローバル製薬企業に勤務。教育研修部長としてコーポレートユニバーシティや管理職の研修を担当。7つの習慣やリーダーシップ、ファシリテーションなどの社内研修講師を務める。現在、大手企業や自治体でコンサルタントや研修の仕事に従事。産業カウンセラー、EQトレーナー、アクションラーニングコーチ、MBTIユーザーなどの資格を持つ。漢方修士や鍼灸師の資格を持ち東洋医学にも造詣が深い。



お申込み方法 *頂いた個人情報は本プログラムの登録・受講手続きに使用し厳重に管理をいたします。

positivepsychologywellbeing@gmail.com宛てに①お名前、②ご所属、③職種、④年齢、⑤性別、⑥電話番号を添えてお申し込みください。