

富士通ビー・エス・シー

2011年1月12日(水)開催

ストレスに打ち勝つ！ ～ビジネススマイルのためのメンタルトレーニング～

コロンビア大学、メンタルトレーナー
 10年「人生100年時代」に向けて準備を進めながら、
 アスリート選手、企業「地方自治体、教育機関など全
 国展開」による「経営・プロフェッショナル」メンタルトレーニング200年、
 フリーマガジン「エキスパート」発行人「メンタル」編集長 200年、
 7万部超えるベストセラー「人生100年時代の生き方」他、経営者著書多数。

「あっと」驚かされる
 自分になりたい！

「何を達成しようとするかは人それぞれ、
 人生が「志」の重みがあれば
 未知の目標を乗り越えられるはず。

感動する心は、不安や悩み、悔し
 さい人々を先駆者のパイオニアから
 誘い出すことができます！

【無料特報～参加即】

メンタルトレーナー
 1. 人生100年時代のメンタルトレーニングの重要性
 2. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 3. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 4. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 5. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 6. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 7. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 8. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 9. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用
 10. 人生100年時代のメンタルトレーニングの活用

2011年1月12日(水)

参加費：無料
 開 演：15時
 終 演：18時(予定)
 会 場：本社 23F会議室 S01-03

お問い合わせ先
 〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
 富士通株式会社 総務部 総務課 総務課長 山本 浩一
 TEL: 03-3256-1111 FAX: 03-3256-1112

ストレスコーピング 講演会

■アンケート(5点満点中)
 総合評価 4.4
 ※4点を超えると良いと判断
 ストレスの理解度 3.9
 今後役に立つ 4.0
 実践で利用できるか 3.7

- 《ご意見》
- ・きっかけとしてはインパクトがあって良かった
 - ・メンタルヘルスのヒントになった
 - ・自ら本を買った方がいらっしゃった
 - ・「感情日誌」の実践テクニックを早速試している