



# 目的達成型自己実現 コーチングプログラム AMMメソッド 紹介セミナーのご案内

このたび、アドベンチャーコーチング(株)とNPO法人ソフトパークでは

「自己実現のコーチングプログラム」として、

AMMメソッド(アドベンチャーフォーメンタルマネージメント)の

ご紹介セミナーを開催することになりました。

このメソッドは認知心理学と脳生理学理論を基本にして、EQと自尊心をベースに、次のふたつのことを目標としたものです。

1. 自分自身と向き合い主体性をもっていきる。
2. 組織・集団のなかでリーダーシップを発揮できる。

**日時:**11月17日(水)13時30分～17時00分

**場所:**東京都千代田区外神田1-1-5昌平橋ビル2F

アドベンチャーコーチング会議室

**参加費:**5,000円

**セミナー内容**

- ・ AMMとは EQと自尊心
- ・ ユニット1、自分を知る、自己対話、メンタルブロックとは他
- ・ ユニット2、企業文化と快適ゾーン、リーダーシップとマネージメント他

**お申し込み方法**

お電話にてお申し込みください。

**電話番号:**03-3257-8848

**受付時間:**月～金9:00～17:00

**主催** アドベンチャーコーチング株式会社 <http://ad-coach.jp/>

NPO法人 ソフトパーク <http://soft-park.jp>

# 目的達成型 自己実現コーチングプログラム AMMメソッドとは

アドベンチャーコーチングとNPO法人ソフトパークでは「自己実現のコーチングプログラム」として、AMMメソッド（アドベンチャーフォーメンタルマネージメント）を採用しています。

このメソッドは認知心理学と脳生理学理論をベースにしたもので、次のふたつのことを目標としたものです。

- ・（第一部）自分自身と向き合い主体性をもっていきる。
- ・（第二部）組織・集団のなかでリーダーシップを発揮できる。

## セミナー内容

- ・ AMMとは EQと自尊心
- ・ 自分を知る、自己イメージと自己対話、あなたを阻むメンタルブロックとは、自己宣言の手法他（以上第一部）
- ・ 企業文化と快適ゾーン、リーダーシップとマネージメント、動機づけ他（第二部）

セミナー時間は対象により、半日、1日、2日、3日コースがあり、半日の導入セミナーは一人5000円です。