

音楽	芸能	美術 工芸	文化	文学	国際 語学	レクリエ ーション	子ども	スポーツ 体操	美容 健康	IT	日常生活
----	----	----------	----	----	----------	--------------	-----	------------	----------	----	------

登録名	みやじま まさみ	分野	その他		
	宮島 雅美	小分類			
		指導	講演	披露	
		○	○		

【活動内容】
講義「ほめの効用」とワークショップ

～PR～ 自分をほめて認めることにより、他人を受け入れることができます。ほめ言葉は有効なコミュニケーションツールです。	「ほめの効用」についてお話させて頂き、ほめ言葉を使って、自分をほめるワークを実践して頂きます。次に他者をほめる体験ワークをして頂きます。
--	--

■経費（材料費等）	人数にもよりますが、数千円程度です
■依頼者が準備するもの	ワークシート
■交通手段	電車とバス
■資格・経験	一般社団法人「自己尊重プラクティス協会」認定セルフエスティーム・コーチ、ほめ日記インストラクター（心理カウンセラー・色彩セラピスト）、磯子区、神奈川区民活動支援センター企画プログラムの講座講師経験
■対象者	20代～80代（あらゆる年代の方）（ママと子供さん）



活動できる曜日		午前	午後	夜間
	月			
	火			
	水			
	木			
	金			
	土			
	日			
応相談： ご相談により調整いたします				
活動可能地域： 横浜市内				