

何も考えないとあっという間に1年は過ぎ去る
今年こそは！の決意が冷めないうちに
1日でわくわくする目標を描き、
行動力、習慣力を身につけませんか？

2019新春年始セミナー募集

緊急開催：1月13日（日） 10：00-18：00

☆何も考えないとあっという間に1年は過ぎ去る

こんな経験はないでしょうか？

正月休みが明けておぼろげながら新年の抱負を立てたとして、
仕事が始まると慌ただしい毎日。

目の前のことで精一杯。

平日は会社と職場の往復。休みもやることはあまり変わらない。

何の成長があったのか？達成感のない日々・・・

日々を惰性で過ごしている空虚感・・・

変化のなさに飽き飽きしている

でもほぼパターン通りに過ぎていく1年。

こんな1年をただ呆然と過ごす人生はあっという間に
時間が過ぎていきます。

目の前のことだけに忙殺されて過ごす一年と

人生を変えるわくわくする目標とともに過ごす1年とどちらがいいですか？

☆今年こそは！の決意が冷めないうちに

新年が始まってからそのまま怒涛の日常に流れる...

そうなる前に、絶対に欠かせない、年始にやっておかなければできないことがあります。

それが、目標設定とそれを実現させる行動・習慣化の技術を学ぶことです。

これらは、タイミングが命。

新しい年を迎えて、「今年こそは！」という情熱を帯びている

ときしかできないことだったりします。

一人で目標ぐらい考えられるよ！という方もいるでしょう。

しかし、目標設定はプロの指導の元描くとびっくりするぐらいに質が変わります。

その目標は、本当にわくわくするものですか？

人生のターニングポイントになるようなインパクトのある目標でしょうか？

10年後、あの1日に人生が変わる種があったんだなー

という目標設定の会にします。

そして何より、実現させるための行動力、習慣力の技術を深く学んでいきます。

1日で1年分を考え尽くしましょう。

みんなでワイワイ楽しみながら、わくわくする目標を描く、

こんな機会は年始だけ。

2019年のいいスタートダッシュの機会となるでしょう。

☆濃厚な1日セミナーの内容は・・・

私の提案は、2019年を人生のターニングポイントにしませんか？です。

その一発目にふさわしいセミナーを行います。

第一部：人生のわくわくビジョンを描く

まず、人生という長期的な流れの中で自分はどう生きたいのか？

俯瞰したビジョンの地図をつくります。

これができれば、人生に自分の軸がつくれ迷走しそうな時に、自分を立て直すことができます。

人生に求めることは何か？わくわくするビジョンを描きます。

第二部：自分に合った目標達成スタイルを見つける

次に、ビジョンが描けたら、目標達成に向けた技術です。

ビジョンにはワクワクが一番重要ですが、目標には現実性、実現可能性が重要です。

そのためには具体化。しかし、この具体化がなかなか難しいものです。

私オリジナルの目標達成シートに段階的に書き込むことで

一気にビジョンを良い目標に具体化できます。

さらに、目標達成には人それぞれ合ったスタイルがあります。

例えば、毎日目標を読み、書き、todo を積み重ねるのが合う人もいれば、

目標を設定したら、あとは出会う人、情報、偶然から得られた直感に従って

どんどんルートを切り開いていく人もいます。

自分に合わないやり方で目標達成しようとしても苦しく、本来の能力が使えません。

そこで、しっかりと目標達成スタイルを知り、自分なりのやり方を見つけていきます。

「だから今まで苦しかったのか、しっくり来なかったのか！」とわかるはずです。

第三部：行動と習慣化の技術を学ぶ

いよいよ、最後は行動と習慣化の技術です。

行動は単なる目標達成への積み重ねではありません。

すべては行動から生まれます。

第一部のビジョンも第二部の目標も行動するときに、どんどん生成発展していくものであり、

自らが変わっていくのも行動がきっかけになります。

運命の人と出会うのも、メンターに出会うのも、すべては行動です。

人生を変える行動の技術とは、単なるベビーステップではありません。

そこには人生を変えるパラダイムがあり、体系的なメソッドでもあります。

私はこれを行動フォーカスアプローチと呼んでいますが、このパラダイムを全て解説します。

そして、習慣化の技術。このパートは、私の書籍「続ける習慣」「やめる習慣」

を前提にしてより一段深い内容をお伝えします。

公開コンサルティングとして参加者の方の実例を扱えるようにしたいと思います。

これで習慣化の行き詰まりを打破することができると思います。

☆しっかりフォローするため少人数で開催します。

しっかりフォローするためにも、定員は40名。

☆価格

先着10名の方には、通常参加費 **54,000（税込）** を

32,400円（税込） にてご案内します。

☆実施概要

1. 内容

- 第一部：人生のわくわくビジョンを描く
- 第二部：自分に合った目標達成スタイルを見つける
- 第三部：行動と習慣化の技術を学ぶ

2. 開催日時：2019年1月13日（日） 10:00－18:00

3. 講師：習慣化コンサルタント 古川武士

習慣化コンサルティング株式会社 代表取締役

米国NLP協会認定NLPマスタープラクティショナー

関西大学卒業後、日立製作所などを経て 2006 年に人材育成会社を設立。独自メソッドを元に、企業研修、個人向けセミナー、コンサルティングを行っている。メディア主演多数、書籍は累計70万部。

4. 場所：田町駅近く

申し込まれた方に別途ご案内します。

5. 定員：40名（定員になり次第締め切り）

6. 料金：お一人様 54,000円 →新春特別価格32,400円

☆お申し込み方法

gakkou@syuukanka.com（事務局）

メールに件名「新春年始セミナー申込み希望」と記載の上、お名前、お電話番号、お支払い方法（振込もしくはpaypalクレジット支払い）をご記載いただければ事務局よりご案内申し上げます。