

世界にひとつだけの

宝物ファイル を作ろう!!



元小学校教師の岩堀美雪氏が、教師時代に「子どもたちが自分の長所に気づいて自分を大好きでいて欲しい」と願って、2000年に開発した「宝物ファイルプログラム」。

これは、アメリカの心理学者スーザン・ハーター氏が提唱する「Self-esteem enhancement Theory(自己肯定感強化理論)」を取り入れ集団で実施して、自己肯定感の向上(メンタルヘルスの改善)とコミュニケーション力アップ原理を明らかにしたものです。

現在では企業向けのプログラムとしても広がり、企業内コミュニケーションの活性化、従業員のメンタルヘルス、顧客満足度の向上などに貢献しリピート率の高い研修です。

【研修内容】

大人版宝物ファイルプログラムは、長所に目を向け、いろいろなものをファイルに入れて形として残していきます。そうすることで自分も知らなかった自分を発見し、自分を好きになる自己成長のプログラムです。大人版宝物ファイルプログラムを実践して自分も知らなかった新しい扉を開ける。自分を好きになる。その結果、もともと持っている力が花開き、これまで以上に楽しくて輝く人生を送る人が増えてきています。

研修は3時間ですので全てを網羅出来ませんが、プログラム内容の一部を体験して頂き、世界にひとつだけの自身の「宝物ファイル」を作ってみませんか？

講師：山元 孝二(やまもと こうじ)

南勢病院 地域医療連携室 ソーシャルセンター地域包括ケア課長

社会福祉士・精神保健福祉士・看護師

日時：2025年11月16日(日)13:00～16:00

会場：三重県総合文化センター(セミナー室B)

受講料：会員：5,000円 非会員：7,000円

申込：中部支部ホームページ

「セミナー・講演会」よりお申込下さい。



(一社)日本産業カウンセラー協会 中部支部三重事務所

〒514-0009 津市羽所町513 サンヒルズ2階

TEL: 059-213-6960

E-mail cosmosmie@counselor.or.jp

