

スポーツ心理学の基礎 ～実践！セルフアウェアネス～

JAPICA マットアドバンスコースで必修となっている

『コーチングコミュニケーション』の講義がバージョンアップしました

講座概要

本年度から、JAPICAマットアドバンスコースでは、テキストの「コーチングコミュニケーション」を監修して下さっているスポーツ心理学が専門の博士（学術）、筒井香先生から直接指導していただいております。今回バージョンアップされた「コーチングコミュニケーション」は「スポーツ心理学の基礎」として、クライアントと向き合う極意を、セルフアウェアネスを実践し学びます。ピラティスに限らずスポーツ全般、教育・指導に関わる全ての方、最高のパフォーマンスを発揮したいアスリート、また、ストレスを力に変えビジネスシーンで活用したい方にも習得・活用できるWSです。

コーピング やる気 目標 集中 イメージ

上記のような項目をテーマに、参加者の皆様とディスカッションし、各項目の理論的背景をもとに「自分を知る」ワークを盛り込んだ、自己コントロール・自己成長に繋がる実践型の講義です。

講師紹介

日本スポーツ心理学会認定

スポーツメンタルトレーニング指導士

筒井 香



大阪教育大学で基礎心理学、奈良女子大学大学院でスポーツ心理学と臨床発達心理学を学び、2015年博士号（学術）取得。専門はポジティブシンキングの多様性。2016年から（株）ポリゴン所属。心理学全般を学んだ知見を基に、プロゴルファーやオリンピック・パラリンピック選手に限らず、ヴァイオリニストやビジネスパーソン、医師への心理コンサルティングを行う。2016年NHKミラクルボディ、2018年NHKスペシャル、NHK超人たちのパラリンピックではスポーツ選手の心理分析を担当。東京2020に向けて車いすバスケットボール男子日本代表メンタルコーチも務める。

日 時：平成30年11月16（金） 19：30～21：30 （19：15～受付開始）

講 師：筒井 香 スポーツメンタルトレーニング指導士

会 場：ボディバランシング 白金台スタジオ

定 員：10名

持 ち 物：筆記用具

対 象：①JAPICA卒業生 ②一般

受講料金：①8,640円 ②10,800円

申込方法：JAPICAホームページのWEB申し込みフォームにてお申込み下さい

http://www.pilates.co.jp/japica/inquiry_ws/

※当講座は10月15日（月）申込締切としますが、先着順にて定員になり次第、締切とさせていただきます。

※お申し込みいただいた講座の前日・当日キャンセルは出来かねます。