

人はどうすれば幸せになれるのか、をズバッと紐解く

Be Happy

～ 幸福学 ～

2022 8.24 – 10.14

「幸せの4つの因子」をベースに、自分の良さを生かしながら、人とつながり、日々をより楽に、より良く生きられる心の持ち方の秘訣をお伝えいたします。後半では実例を交えながら、円滑なコミュニケーションに役立つ対処法をお伝えいたします。

幸せの4因子とは？

“やってみよう”因子
自己実現と成長

“ありがとう”因子
つながりと感謝

“なんとかなる”因子
前向きと楽観

“ありのままに”因子
独立と自分らしさ

こんな方におすすめ

- 気持ちの浮き沈みがある
- 毎日をよりハッピーにしたい
- ストレスを軽減する方法を知りたい
- 最近よく聞くwell being って?と思っている方

① 8.24 wed 19:30-21:00 オンライン

テーマ「Well-beingな人間関係のつくり方」

受講料

※10日間の
アーカイブ付

1DAY 5,000円 (税込)

【オンライン特別セット料金】

2DAYS 9,000円 (税込)

※オンラインとスタジオのセット料金はございません

② 10.14 fri 19:00-21:00 ハイブリット ※懇親会付き

(選べる)オンラインorスタジオ参加)

テーマ「Well-beingなライフデザインを」

10.14 fri
開催場所

ZPA 2 五反田

東京都品川区西五反田3-6-20 いちご西五反田ビル9階



講師 前野 マドカ

EVOL株式会社代表取締役CEO。慶應義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科附属システムデザイン・マネジメント研究所研究員。IPPA (国際ポジティブ心理学協会) 会員。サンフランシスコ大学、アンダーセンコンサルティング (現アクセンチュア) などを経て現職。幸せを広めるワークショップ、コンサルティング、研修活動及びフレームワーク研究・事業展開、執筆活動を行っている。システムデザイン・マネジメント学、幸福学の研究者である前野隆司の妻。二児の母。

著書:『しなやかで強い子になる4つの心の育て方』(あさ出版、2022年)、『ウェルビーイング』(日経BP、2022年)、『そのままの私で幸せになれる習慣』(WAVE出版、2020年)、『ニコイチ幸福学 研究者夫妻がきわめた最善のパートナーシップ学』(CCCメディアハウス、2019年)、『月曜日が楽しくなる幸せスイッチ』(ヴォイス、2017年) 他多数

詳細・お申込み

