

緊張を感じさせない話し方講座

「人前で話すと声や手足が震える…」「頭が真っ白になる…」「言葉を噛んでしまう…」など人前で緊張する自分に対してコンプレックスを感じていませんか？
実は、多くの方が「緊張は悪いものだ」と誤解して、間違った対処をしています。
本セミナーでは、約20年間、緊張と向きあい続けノウハウを形成した講師をお招きし、緊張対策への正しい知識と、実践的な話し方テクニックをお伝えします。
皆様のご参加を、心よりお待ちしております。

受講料
無料

内容

- 緊張を克服できない理由
- 「緊張と戦う人」と「緊張と共存する人」の違い
- 「緊張を感じさせない話し方」を身につけるコツ
- 「緊張を感じさせない話し方」実践ワーク

講師

株式会社シャベリーズ代表取締役
まるっと空気を掴むMC/認知行動療法士

まるやま くみこ
丸山 久美子 氏

ハタチの頃、業界最年少の若さで展示会MCに抜擢されたことをキッカケに、人前で話すMCとして活動を開始するも、もともとの緊張しな性格に悩み「緊張を克服する方法」を模索。
適切な方法に巡り合えないまま、生放送通販番組のMCなどの依頼にも対応し過剰なストレスをあげ続けた結果、口内炎や嘔吐などの心身症を発症。以降、独学で緊張対策ノウハウを構築し、心身症の改善に成功。2017年には「上手にあがり隠して人前で堂々と話す法」を出版。
全国の緊張に悩む人々へ、正しい知識と再現性の高いテクニックをレクチャーしている。



●日時 令和〇〇年 〇月 〇〇日 (〇) 〇〇:〇〇~〇〇:〇〇

●場所 〇〇〇〇〇 〇〇〇〇 〇〇〇〇

●定員 〇〇名 (先着順に受付します) ※受講料は無料です

●申込方法 下記申込書に必要事項をご記入の上、
FAXまたはTELにて〇月〇〇日(〇)までにお申し込み下さい。

●主催 〇〇〇〇〇

●お問合せ 〇〇〇〇〇 TEL: 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇 FAX: 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇

FAX 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇

※切り取らずにFAXしてください

〇/〇(〇)『緊張を感じさせない話し方講座』受講申込書

事業所名		TEL	
所在地		FAX	
受講者氏名			

*本申込書にご記入いただいた情報は、本講座開催に係る各種連絡の他、当会主催のセミナー案内等に利用させていただきます。