



# セルフ・アウェアネス



セルフ・アウェアネスとは「自己に意識を傾けること」。  
 自己認識力が高い人は自分の行動に対して責任感を持ち、自分の強みや弱みを活かして自己改善や目標達成に努めます。一方で自己認識力が低い人は、自分の感情に流されやすく、他人の目や評価に左右されがちで、自分の本当の願いや目的が見えなくなりがちです。自分の役割や貢献度を正しく理解することで、自信やモチベーションを高められます。また、自分がどのように他者に見られているかを知ること、人間関係の改善やコミュニケーションの向上にもつながります。

引用書籍；セルフ・アウェアネス 編者；ハーバード・ビジネス・レビュー編集部  
 訳者；DIAMONDハーバード・ビジネス・レビュー編集部 発行所；ダイヤモンド社



## ◆◆◆◆ リソースこころの資源 ◆◆◆◆

日 時  
場 所

**2026年3月27日(金) 18:30~20:30**

\*会場：松山市湊町8丁目111番地1 愛建ビル3F  
 (駐車場はありません。近隣の有料パーキングをご利用ください)



オンライン参加可

講 師

廣瀬 一郎 (プラクティスト・コンサルティング・カウンセラー®)

受 講 料

4,400円(税込) ※振入手数料はご負担をお願い致します。

申 込 方 法

次の内容を記入したメールを [success@humanresource.bz-office.net](mailto:success@humanresource.bz-office.net) に送信してください。

①氏名、 ②電話番号、 ③受講方法(対面 or オンライン)、 ④受講料の入金予定日

※弊社で受講料の入金を確認した時点で、お申込み完了とさせていただきます。

振 込 先

伊予銀行 本店営業部 (普) 4819726  
 一般社団法人RESOURCE-リソース22nd 代表理事 廣瀬 一郎

申 込 先

一般社団法人RESOURCE-リソース22nd  
 〒790-0012 愛媛県松山市湊町8丁目111番地1 愛建ビル3F

問 合 せ 先

TEL: 089-921-0905 FAX: 089-921-8455

主 催

一般社団法人RESOURCE-リソース22nd

[0744]

※いただいた氏名・連絡先その他の個人情報については、講座運営にのみ使用し、他の目的で使用したり第三者に提供したりすることはありません。