



上手な自分の見せ方コース

●受講期間 1ヵ月

●受講料 6,600円

マルチデバイス対応

■テキスト1冊（Webテキストも閲覧可） ■添削レポート1回（Web提出可）

※ テキストはインターネットで閲覧できます。Web提出には「Microsoft Word」が必要です。

自分の能力・個性・魅力を好意的に理解してもらうための
 セルフプロデュースの仕方を学ぶ
 独りよがりではなく、人の目に映る自分を意識できるようになり、
 新たな気づきと自己成長が得られる
 自分の長所・美点・魅力を相手（周囲）に知ってもらうことで、
 活躍のチャンスが広がり、キャリア開発にもつながる
 楽しくセルフプロデュースすることで、仕事も私生活も楽しめる心が養える



●単元

自分の魅力を知ってもらう 自己演出と自己表現

- ・ありたい自分、なりたい自分を描いてみよう
- ・いまの自分を正しくとらえる
 - 自己像と他者から見た私のイメージ
- ・身だしなみで好印象を得るには「清潔感」が第一
- ・スマートできれいに見える姿勢と立ち居振る舞い
- ・堂々とした態度と、横柄な態度の違い
- ・表情ひとつで印象はこんなに変わる
- ・感じのいい話し方、5つのポイント
- ・言葉遣いには教養や品格が表れる
- ・「聞き上手」になるだけで、信頼感がグンと上がる
- ・仕事では、どんな人に活躍のチャンスが与えられるか
- ・頑張っている自分を評価してもらうには
- ・商談やプレゼンの場で発揮したい自己演出力
- ・「こんな自分を見てほしい」— 場面ごとの自己アピールを考える …他