

## 印象力アップ研修 カリキュラム例

### ■研修の効果

- ・洗練された立ち居振る舞いができるようになります。
- ・魅力を引き出し、自信がもつことができます。

時間	項目	内容
9:00	1.心と形の相乗効果	・心と形を磨く理由
	2.第一印象と第二印象	・第一印象の決定要素・初頭効果など
	3.仕事ができる人の身だしなみ	・小林一三氏とマッキンゼーに学ぶ ・3つの「先」を意識する
12:00	4.洗練された立ち居振る舞い	・座り方 ・立ち方 ・物の授受 ・あごの角度
	5.ノンバーバルコミュニケーション	・体感ワーク ・しぐさから分かる本音
17:00	6. ウォーキングレッスン	美しい歩き方のコツ・トレーニング
	7.表情筋と表現力を鍛える	・発声練習 ・表情・滑舌・抑揚・間・語尾・語調・緩急

※ 3時間研修～承っています。内容はカスタマイズすることができます。