

パフォーマンス・レジリエンス ～優秀社員の燃え尽き防止～

コンセプト

やる気のある社員、優秀な社員、期待をかけていた社員のパフォーマンスが突然下がる、ある日突然燃え尽きる、という経験にお困りではありませんか？

彼らは「ゲット(Get)モード」と弊社が名付けている、パフォーマンスをつかさどる自律神経を酷使しすぎています。

このプログラムでは、ストレスからの回復力である「レジリエンス」を高めることを、ボディーワークを使った身体性へのアプローチ、脳神経・生理学的なアプローチで理解・習得し、組織の安定運営に役立てます。

ゴール

社員、組織のパフォーマンスレジリエンス（持続的生産性）を向上する。
社員のエネルギーレベルに気付き、トラブルを未然に防ぐ。

プログラムの狙い

瞬間的なパフォーマンスだけを求めてしまうことによる、個人・組織の疲弊を防ぐことは長期的な生産性安定に必須です。燃え尽き社員の予兆に気付き優秀社員の戦線離脱を防ぎます。

内容（所要時間：2-3時間）

- 突然戦線離脱社員に何が起きているのか
- 2つのパフォーマンスモードとは
- エネルギープールの枯渇を防ぐには
- レジリエンス向上の為に「アロウ(Allow)モード」トレーニング

小笠原和葉（おがさわらかずは） ボディワーカー/株式会社大きな木 代表取締役
株式会社メディシンク 顧問/健康3.0に導くWEBメディア「Magellan」編集長

大学院卒業後、SEとして国内大手ITベンダーに就職。その後、自身の健康への問題意識をきっかけに、フィジカルとメンタルとの関係性に着目、研究を始める。自身でもボディワーカーとして活動する一方、意識やカラダを含んだその人の全体性を、ひとつのシステムとして捉え解決するメソッドを構築し「プレゼンス・ブレイクスルー・メソッドR(PBM)」の体系を完成させる。2017年より、PBMプログラムの法人展開を開始。主にIT企業に向けた身体性に着目したメンタルヘルスプログラム等の提供実績がある。

著書：「理系ボディワーカーが教える"安心"システム感情片付け術」（日貿出版社）

メディア掲載に「anan」「PHPらくーる」他

カリフォルニア州認定マッサージプラクティショナー クラニオセイクラル・プラクティショナー(CHIA)アシスタント・チューター
ソマティック・エクスペリエンス(Somatic Experiencing®)上級プラクティショナー 宇宙物理学修士



プログラム導入についてのお問い合わせは以下までお願いいたします。

(株)大きな木 MAIL:info.bodysanctuary@gmail.com TEL: 080-4361-0325 小笠原