



## 今回のテーマ

## 自律神経を味方につける！ —スマートヴェガス®を活用したリーダーシップとは？—

リーダーシップを考えるとき、身体や神経系、生理学的な状態を視野に入れたことはありますか？  
実は、私たちの心と身体は切り離すことができず、密接にかかわりあっています。自分の身体の状態を整えることによって、効果的にリーダーシップを発揮することができます。  
本講演では、今、心理学や精神医学で注目されているポリヴェーガル理論を紹介し、そこから導き出されるリーダーシップの理想像についてご紹介します。哺乳類だけが持っている機敏な迷走神経、スマートヴェガス®を活用して、組織に安全をもたらし、透明性を担保し、個人の幸福の追求と、組織の成長を可能にする方法についてご紹介します。



## 講師

**花丘ちぐさ氏** / 博士（学術）、国際メンタルフィットネス研究所代表、桜美林大学大学院非常勤講師、SE™インターナショナル・ファカルティ、エルゴスインスティテュート・インターナショナル・オーガナイザー、ポリヴェーガルインスティテュート・インターナショナル・パートナー

日本におけるポリヴェーガル理論の第一人者として、提唱者のボージェス博士から直接教えを受ける。ポリヴェーガル・インスティテュート・ジャパン代表。トラウマ療法のソマティック・エクスペリエンス®の日本初の認定講師でもある。トラウマ、うつ、発達障害、愛着障害、対人関係の問題などに、自律神経系の働きに根差した、身体からのアプローチを行い、子どもから社会人まで、多くの人の心身の健康増進のサポートを行ってきた。現在は精神科医や心理士などの指導に当たっている。桜美林大学非常勤講師。博士（学術）。公認心理師。著書翻訳書多数。著書「その生きづらさ、発達性トラウマ？」（春秋社）は、中国語、および韓国語にも翻訳されている。

## 開催日時

2024年 12月 5日（木）

19：00～20：30（18：45受付開始）

## 開催会場

オンラインにて開催いたします。お申込みいただいた方には、後日事務局より参加用のURLをご連絡差し上げます。

## お申込み

**2024年11月27日（水）までに**

Googleフォームよりお申込みください

GoogleフォームURL:

<https://forms.gle/yCpfdTggoMAp4bxs7>

Googleフォームはこちらから>>

