



株式会社メタメンター

プレスリリース：2024年05月02日

【5/14開催】早稲田大学 大月教授登壇！心理的ウェルビーイング向上のための実践セミナー - ACTとコーチングの技術を学ぶ

2024年5月14日（火）、ウェルビーイング診断のサービスリリースを記念し、「心理的ウェルビーイングを向上する方法：ACTとコーチング入門」をテーマにしたオンラインセミナーを開催します。

The banner features two men, Ryunosuke Koizumi and Tomohisa Otsuki, against a geometric background. The Meta Mentor logo is at the top center. The event title and date are prominently displayed in the center.

株式会社メタメンター 小泉 領雄南
代表取締役

早稲田大学 教授
(臨床心理士・公認心理師) 大月 友

心理的ウェルビーイング向上のための支援
ACTとコーチング入門

05.14 火
20:00 ~ 21:00

株式会社メタメンター（代表取締役社長：小泉 領雄南、本社：東京都渋谷区、以下メタメンター）は、行動分析学、臨床心理学を専門とする早稲田大学 大月友教授を招き、2024年

5月14日にオンラインで「心理的ウェルビーイング向上のための支援: ACTとコーチング入門」と題した無料セミナーを開催します。

お申込みはこちら <https://metamentor-event-20240514.peatix.com/>

【セミナー概要】

現在の日本社会では、ストレスやメンタルヘルスの影響が個人と組織の両方に及んでおり、企業や組織は従業員のウェルビーイングを重視し、効果的な対策を講じることが求められています。

そこで、今回は臨床心理学を専門とし「ウェルビーイング診断」の監修を務める早稲田大学 大月友教授より「心理的ウェルビーイングを高めるアプローチ：ACT」について、ICF認定コーチであるメタメンター代表の小泉より「コーチングとウェルビーイングの接点」をテーマとしたセミナーを開催します。

参加者は、このセミナーを通じて、心理的ウェルビーイングの計測と向上に対する理解を深め、実践的なスキルを身に付けることができます。

また、本セミナー参加特典としてご自身が行った「ウェルビーイング診断」の結果に対する診断の見方や活用法について、代表の小泉による1on1セッションを希望者にご提供します。

【こんな方におすすめ】

- ・コーチングやカウンセリングを行う対人支援者
- ・従業員のウェルビーイングに関心がある人事担当者、経営者
- ・心理的ウェルビーイングについて興味がある方
- ・認知行動療法、心理療法を学びたい方

【セミナー詳細】

日時：2024年5月14日（火）20:00～21:30（19:45入場開始）

場所：オンライン形式（Zoom）

定員：100名（先着）

費用：無料

参加特典：メタメンター代表からの「ウェルビーイング診断」と診断の見方や活用法に関する1on1セッション

【タイムライン】

- ・ オープニング挨拶
- ・ 早稲田大学 教授 大月 友（臨床心理士・公認心理師）
 - 「心理的ウェルビーイングを高めるアプローチ：ACT」
- ・ 株式会社メタメンター 代表取締役 小泉 領雄南
 - 「コーチングとウェルビーイングの接点」
- ・ 質疑応答

【スピーカー紹介】



株式会社メタメンター 代表取締役社長 小泉 領雄南

株式会社メタメンター 代表取締役社長 小泉 領雄南
慶應義塾大学 総合政策学部を卒業。2011年にGMOペイメントゲートウェイ入社。2016年にFintech業種のGMOフィナンシャルゲートの執行役員 経営企画室長に就任。2020年には時価総額約800億円でマザーズ上場を果たし、2022年にメタメンターを設立。2023年には国際コーチング連盟日本支部の運営委員に就任。同年国際コーチング連盟資格ACC取得し、ザ・リーダーシップサークル・プロファイル及びDiSCの認定アセッサーとなる。



早稲田大学 大月友教授

筑波大学第二学群人間学類卒業、2024年 早稲田大学人間科学学術院 教授。臨床心理士・公認心理師。行動分析学、臨床心理学（博士号）を専門とし、「すべての人のwell-beingのために行動分析学をベースに行動問題を解決する」ことをテーマに研究。2023年よりメタメンターに参画し、ウェルビーイング診断サービスの監修を行う。

早稲田大学 大月友教授

お申込みはこちら <https://metamentor-event-20240514.peatix.com/>

【ACTとは】

アクセプタンス&コミットメント・セラピー（Acceptance and Commitment Therapy、略称：ACT）は、認知行動療法の一形態であり、心理的柔軟性を高めることを目的としています。このセラピーは、1990年代初頭にスティーブン・ヘイズによって開発されました。ACTは、痛みや困難な感情を「受け入れ」、自分自身の価値に基づいて行動を「選択」することに焦点を当てています。このアプローチは、避けることによって問題を解決しようとするのではなく、問題を受け入れて、より意味のある生活を送るためのコミットメントをします。

そのため、ACTは、うつ病、不安障害、ストレス関連の問題、慢性痛、さらには生活の質の向上など、多様な問題に対して効果的な治療法として利用されています。

【メタメンターの「ウェルビーイング診断」】



<https://wellbeing.metamentor.tech/>

メタメンターの「ウェルビーイング診断」は、心理的、社会的、身体的な要素を統合的に評価し、対人支援者のクライアントや企業の従業員におけるウェルビーイングを可視化し、改善につなげることを可能にします。

わずか5分で行える診断を通じたウェルビーイングスコアを基に、コーチ、カウンセラーなどの対人支援者や経営者、人事担当者がパーソナライズされた改善策やサポートを提供することができます。

◆株式会社メタメンター 会社概要

会社名：株式会社メタメンター

本社：〒150-0001 東京都渋谷区神宮前六丁目23番4号 桑野ビル2階

設立：2022年6月10日

代表取締役：小泉 領雄南

URL：<https://metamentor.tech/>

お問い合わせ：<https://metamentor.tech/#contact>

当プレスリリースURL

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/0000000004.000136463.html>

株式会社メタメンターのプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/136463