**eラーニング課題**

**なるほどそうなのか　NLP入門セミナー**

氏名(　　　　　　　　　　　　　　　　)

1. アイスブレイクを実際にやってみてください。また、簡単なもので構いませんので、やってみた感想を述べてください。
2. 「空白の原則」について、この原則に当てはまることをご自身の経験に基づいて記述してください。(仕事・プライベートのどちらにおける経験でも構いません)
3. 「焦点化の原則」について、この原則に当てはまることをご自身の経験に基づいて記述してください。(仕事・プライベートのどちらにおける経験でも構いません)
4. 「快感と痛みの原則」について、この原則に当てはまることをご自身の経験に基づいて記述してください。(仕事・プライベートのどちらにおける経験でも構いません)
5. 焦点化の原則について、「自分のほしい結果に焦点を当てる」ことの重要性を理由とともに述べてください。
6. 「快感のマネジメント」について、より良い職場環境を作るためにはどうすればよいか、現在のご自身の状況や職場環境に即して考え記述してください。また、実際に業務においてそれらを実践し、経緯・結果とその理由、今後の改善点を記述してください。実践できなかった場合はその旨を回答してください。