



メンタルトレーニング施設企画 代表
フィールドクラブ ツアープロ部門
メンタルディレクター
やまと競艇学校講師、アルコール依存症等
民間ライフケア講師
障害者雇用支援機構講師など

1965年 東京都出身
東海大学文学部広報学科情報社会にてストレスの研究
卒業後、能力開発研究所入社
1994年 メンタルトレーニング施設企画 設立
スポーツ選手、団体のメンタルトレーニング
一般、法人向けの能力開発指導を行う

主な実績

田中秀道、谷口徹、桑原克典、米山剛、桧垣繁正、
服部道子、他プロゴルファー多数。福岡ダイエーホークス、
ジェフユナイテッド市原、レッドベターゴルフアカデミー、
リクルート陸上部、本田技研野球部、ナイキジャパン、
ジャスコ新体操クラブ、島根体育協会 他。

企業セミナー・公演

日本ゴルフツアー機構、IBM保険組合、NTT新入社員研修、
横浜市職員健康相談室、朝日カルチャー、
三友堂病院看護専門学校、大塚製薬、
三重県庁職員支援センター、障害者職業総合センター 他

著書

「メンタルタフネス forゴルフ」 TBSブリタニカ
「ここ一番に強くなるメンタルトレーニング」 法研
「ゴルフは心でうまくなる」 ゴルフダイジェスト社
「プレッシャーに強くなる方法」 河出書房
「とことん悩む人が成功できる」 法研
「打たれ強さの秘密」 青春出版

メンタルコンディショニングの概要

ここにご紹介するメンタルコンディショニングは「場」という概念を取り入れた次世代のフィールドメソッドです。日本人が古くから受け継いできた「場」という哲学とプレーヤーの体内電磁場という科学的な数値を融合した画期的な内容です。プレーヤーの心技体をフィールドテストにより数値で確認できるため、プレーヤーの直感的な部分を尊重しながら、より客観的な判断と指導が可能になりました。これにより岡本式メンタルコンディショニングはトップアスリートからアマチュアに至るまでそれぞれのニーズに的確に応えてゆける新次元のものへと進化しました。岡本式メンタルコンディショニングで飛躍的に結果を出してきたプロゴルファーはゴルフを通じて日常の生活や思考が肯定的に変わり、それがゴルフに反映されて好成績につながりました。

アマチュアにおいてもゴルフのプレーを通して、集中やリラックス、イメージコンディショニングを応用して、精神的な健康を維持することができます。このメンタルの訓練は社会生活やビジネスの上でも非常に重要になってきています。上司との人間関係や仕事の結果が出ない、子育てや嫁姑問題などプレッシャーやストレスでうつ病や自律神経の失調など様々な心の病が蔓延しているのです。

ゴルフというスポーツを通じてトップアスリートからアマチュアの皆さんまで日常生活に役立つ新しいメンタルコンディショニングを身につけてください。

メンタルコンディショニングプログラム

プロアスリート プログラム

- プロ選手に対するメンタルコンディショニングプログラム
- ① トーナメント会場や合宿での実践的なメンタルトレーニング
 - ② マンツーマンの面談による個人専用のメンタルアドバイス
 - ③ メールや電話によるタイムリーなメンタルケア

ジュニア プログラム

- ① 親子でできるメンタルトレーニング
- ② ジュニアメンタルキャンプ
- ③ メールによるQ&A

コーポレート プログラム

- 企業や団体に対するメンタルコンディショニングプログラム
- ① 新入社員、幹部研修、ビジネスセミナーでのメンタルレクチャー
 - ② 各種団体のリハビリテーションや健康管理面でのメンタルアドバイス
 - ③ メール便によるメンタルマガジンサービス

ご要望に沿った、様々なタイプのフィールドテストを用意しています。