

2017年9月21日THU

会場:山口商工会議所5階コミュニティホール
(山口市中市町1-10)

時間/9:30~17:00

参加費 3,000円

(非会員 6,000円)

折れない! しなやかな 心を育てる レジリエンス 講座

昨年度参加者満足度97%を記録したセミナーを今年も開催!
「レジリエンス」とは、逆境にも柔軟に、変化に適応する能力
のこと。昨年好評を博した講師が、更にパワーアップした講座
をお届けします。若手社員の方々の「折れない、しなやかな
心」を育てるセミナーです!
※講座詳細は裏面へ!

講師Profile

キャリア
コンサルタント
犬山 奈保子氏

金融機関役員秘書、食品会社社長室勤務を経て研修講師に転身。コミュニケーション、キャリア開発、レジリエンスを専門とし、企業や公的機関、学校等で研修・講義を行うほか、安田女子大学非常勤講師も務める。「楽しく!役立つ!」研修をモットーとし、優しく熱心な指導には定評がある。「イキイキと誇りをもって働く」ことを全力でサポートするキャリアコンサルタント。認定レジリエンス・トレーニング講師、JCDA 認定 CDA (キャリア・デベロップメント・アドバイザー) AIFA 認定ファシリテーター。

講師 犬山奈保子氏



講座詳細
お申し込みは
裏面へ!

◆◆お申し込みは◆◆

Mail:

Fax:

MailまたはFAXで!

harunaga@yamacci.or.jp

083-921-1555

Q.「レジリエンス」ってなに??

「レジリエンス」(resilience)は、一般的に「復元力、回復力、弾力」などと訳される言葉で、最近では「困難な状況でも、しなやかに適応し生き延びる力」という心理学的な意味で使われるケースが増えています。「レジリエンス」の概念は、個人、企業、行政などの組織・システムにいたるまで、社会のあらゆるレベルにおいて備えておくべきリスク対応能力・危機管理能力としても近年注目を集めています。

【内容】折れない!しなやかな心を育てる「レジリエンス講座」 ～逆境力&変化適応能力向上セミナー～

- ★ポジティブコミュニケーション
 - ①コミュニケーションのゴールデンルール
 - ②自己理解と他者理解(心のイロを知る)
 - ③聴き手を動かすプレゼンテーション【実習】
- ★変化適応能力
 - ①変化グセを身につける!【グループワーク】
 - ②「思い込み」をてなずける!
- ★レジリエンス(逆境力)
 - ①ネガティブ感情の対処法
 - ②ポジティブ感情の高め方
- ★活躍し続けるための資源
 - ①「やればできる!」自信を身につける【講義】
 - ②自分の「強み」を知る【グループワーク】
 - ③こころの支えとなる「サポーター」をつくる

【日程】平成29年9月21日(木) 9:30~17:00

【場所】山口商工会議所 5階 コミュニティホール(山口市中市町1-10)

【対象】概ね25歳以下、入社3年以内の従業員の方

※あくまで目安ですので、この範囲外からの参加も大歓迎!

【参加費】1名あたり3,000円(非会員 6,000円)★お弁当代が含まれます。

【申込】必要事項を記入の上、FAXまたはメールでお申し込みください。

【送付先】山口商工会議所 企画推進課(担当/春永)

TEL083-925-2300 / FAX083-921-1555

E-mail harunaga@yamacci.or.jp

折れない!しなやかな心を育てる「レジリエンス講座」～逆境力&変化適応力向上セミナー～ 受講申込書

| | |
|-------|----------------|
| 事業所名 | TEL |
| 所在地 | FAX |
| ご担当者名 | E-mail (代表) |
| 参加者名 | 参加者名 |
| 参加者名 | 参加者名 |