

一人ひとりの強みを知り、心理資本を伸ばし心を鍛えるーメンタル・タフネス

1. 日 時 : 2018年1月15日(月) 13:00~17:00
2. 場 所 : 経団連会館 5階 502号室
3. 主な内容 : (1)Strength(強みを知り、活用する)
強みとは?自分の強み分析
(2)Hope(希望をつくり出す)
目標設定、見通し力(Way-Power) 意志力(Will-Power)を鍛える
(3)Self-Efficacy(自己効力感を高める)
自己効力感を高める4つの方法
(4)Resilience(逆境からしなやかに立ち直る)
逆境や困難に負けないマインドを育てる
(5)Optimism(楽観性を育む)
楽観主義と悲観主義、自分のなかの楽観性を育てる
4. 講 師 : 株式会社サイキャップパートナー代表取締役 下野 淳子 氏
[プロフィール] 大手総合商社、電機メーカーにて貿易業務に携わった後、海外在住経験をもとにメンタル強化のための活動に取り組む。現在、企業研修及び研修コンサルティング(女性キャリア開発、ラポール・ビルディング研修等)、国内外でメンタルヘルスに関する講演やセミナーを行っている。キャリアコンサルタント、産業カウンセラー、心理相談員、レジリエンス・トレーナー、ポジティブサイコロジー・コーチ。著書『海外赴任のために必要なこと』、『メンタル・タフネス はたらく人の折れない心の育て方』
5. 参加費 : 1名様 21,600円(20,000円+消費税1,600円)
6. 申込要領 : 参加申込書に必要事項をご記入のうえ、1月9日(火)までにお申込みください。定員(30名)になり次第、締切といたします。申込書受領後、参加証・請求書を担当者様宛にご郵送いたします。

<本件照会先> 経団連事業サービス 研修グループ 電話:03-6741-0042
E-mail:kensyu@keidanren-jigyoservice.or.jp

経団連事業サービス 研修グループ行 (FAX:03-6741-0052)



「一人ひとりの強みを知り、心理資本を伸ばし心を鍛えるーメンタル・タフネス」参加申込書

【社名・団体名】 _____

【参加者氏名】 _____ 【所属・役職】 _____

【所在地】 〒 _____

*ご請求書の送付先となります

【申込担当者】 _____ 【所属・役職】 _____

【TEL】 _____ 【E-mail】 _____

*ご記入いただいたE-mailへ当法人よりセミナー等のご案内をさせていただきます。ご不要の方は□に印をお願いします □
*お預かりしました個人情報は、当法人の個人情報保護規程に基づき、安全かつ適正に管理いたします