

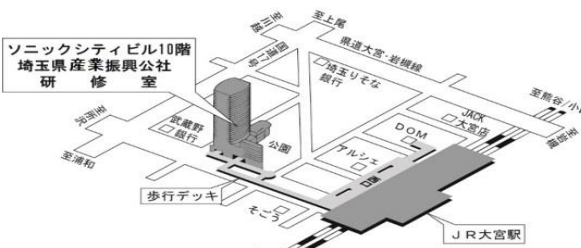
★新型コロナ感染症対策を徹底して開催いたします。感染状況により、中止、延期、WEBへの変更の場合があります。

NEW!

早期退職やメンタル不調を防ぐ！

新入・若手社員向けメンタルタフネス研修

今時の新人は、打たれ弱い、叱るとすぐへこむ、という声をよく聞きます。新入社員は、初めて経験することも多く、ミスや失敗、時には壁にぶち当たることもあります。気持ちはあるのに空回りしているなど慣れない環境・新たな人間関係構築でストレスも溜まります。自分と向き合い、自分の生活習慣から思考のクセまで、また、乗り越えるための考え方からすぐできる切り替え法まで学びます。前向きな考え方と自己肯定感を高めることで、早期退職やメンタル不調を防ぎます。

<p>【開催日時】 <1日間> 令和3年7月1日(木) 9:30~16:30(昼休憩1時間) ※受付開始は9:00~</p>	<p>【カリキュラム】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 入社してこれまでの振り返り 2 ストレス要因と反応 3 メンタル耐性を高めるために <ol style="list-style-type: none"> ①自分を知る ②ライフスタイルを整える ③ストレス対処を増やす ④思考のクセを修正する ⑤捉え方を変えるリフレーミング 4 仕事の再目標設定とモチベーション向上の秘訣 (グループワークあり)
<p>【研修会場】</p>  <p>JR大宮駅西口より徒歩5分 ※駐車場は有料ですので電車をご利用ください。 (20分200円・最大料金24時間1,800円)</p> <p>さいたま市大宮区桜木町1-7-5 ソニックシティビル10階 埼玉県産業振興公社 研修室</p>	<p>【講師】 こころの共育研究所 代表 庄司 順子 氏</p> <p>【プロフィール】 人間関係を良くする専門家。メンタルコーチ、心理カウンセラー、セミナー講師。大手損保・生命保険会社の営業として10年勤務。500名以上の顧客に接し、親しみやすい人柄と地道な活動で支社営業成績NO1。生保業界で権威ある賞の1つで営業成績と継続率の高さを誇る国際継続率優秀賞(1QA)を受賞。退職後子育てに悩んだことからコーチング・心理学を学び、相談件数は300件以上。人間関係の改善を得意とし、悩みの解決から目標達成までオリジナルワークを用いて本来持っている力を引き出すサポートをしている。</p>
<p>【定員】 24名</p>	
<p>【受講料】 会 員 7,800円 (消費税込) 一 般 9,900円</p>	
<p>【主催】 (公財)埼玉県産業振興公社 研修・情報G: TEL048-647-4087</p>	

お申し込み・・・ホームページ (<https://www.saitama-j.or.jp/kensyu/21kau/>)

・・・FAX (048-645-3286) ※複数名のお申し込みはホームページが便利です



メンタルタフネス (21KAU)

企業名	TEL FAX			
住所〒	事務担当者 メールアドレス			
フリガナ 受講者氏名	所属部署・役職	年齢	勤続年数	性別
-----				男・女

個人情報の利用目的のご案内

- 当社は個人情報を、以下の目的で利用させていただきます。また、募集活動で入手した情報は、当社の事業で使用し管理します。
- ・研修やイベントなどに関する情報のご案内(送付を含みます)
- ・各種相談やお問い合わせに関する対応など
- ・当社が実施する各種調査の公表
- ※公表する際は特定の個人を識別できないように配慮します
- ・研修の運営上必要となる受講生名簿・受付簿の作成
- ※申込書にご記入いただいた範囲内で受講者名簿として講師に提出します。もし差し支えがある場合、事前にお申し出ください。