

一步踏み出す力を手に入れよう!

「できそう!」と思える 自己効力感アップ セミナー

予約制
参加費無料

何かしたいことがあっても、「失敗したらどうしよう」「自分には無理」と思ってしまうことってありませんか?
この講座では、「自分はできる」と思える自己効力感を高めるトレーニング方法をお伝えします。
「あの時、やっておけばよかった」という後悔が減るかもしれません。

日時 2023
9/15 金 13:30 ▶ 16:30

会場

じゅうろくプラザ 2階 研修室6

岐阜市橋本町1-10-11

専用の駐車場はありません。お近くの有料駐車場や公共交通機関をご利用ください。

対象者

一般求職者・既卒・第2新卒・学生

定員

20名

セミナープログラム

- ①「やればできる」と思える自己効力感ってどんな力
- ②自分の自己効力感をチェックする
- ③自己効力感を高めるトレーニング方法



講師 近藤ひろえ氏

「行動を変える」ことで「自分を向上させる」ことをテーマに、企業・自治体・大学などで、自分らしく働ける職場づくりを提案。わかりやすい説明と、日常や現場ですぐ活かせる実践的な研修内容が特徴。

- ・コミュニケーション研修の「リベル」代表
- ・日本産業カウンセラー協会認定産業カウンセラー
- ・国家資格キャリアコンサルタント
- ・一般社団法人日本レジリエンスエデュケーション協会理事
- ・日本認知療法学会正会員

隣同士で
ペアワーク
あり

セミナーへの参加は、雇用保険受給資格者証の求職活動実績となります。

ご予約はこちらから

