

部下のやる気スイッチが見つかる！職場が活性化！生産性が向上！ ポジティブメンタルヘルスセミナー

＜日時＞ 令和6年2月21日(水) 13:30～16:30

※WEB会議システム「Zoom」を使用します。

＜対象＞ 企業の人事担当者・管理職・部下を持つ方など

(中小企業等の社員定着支援・職場の活性化を開催目的としています。)

＜定員＞ 25名 (原則1社2名まで、申込み受付順に定員になり次第締め切ります。)

◆講師◆ 猪俣恭子 (株)story I 代表取締役)

働く人の「ポジティブメンタルヘルス」とは・・・

「働く人が仕事や職場について、楽しく、いきいきして、やりがいや意義を感じ、達成感があり、満足している状態」を言います。部下がよりよい状態になるために、日々の会話で使える視点、アプローチ法を学びます。

(1) ポジティブメンタルヘルスとは

(2) 部下のポジティブメンタルヘルスを高めるための4つのワーク

- ① ワーク1 相手の**自己効力感**を育てる
- ② ワーク2 相手の**レジリエンス**(困難を乗り越える力)を磨く
- ③ ワーク3 相手の**自己肯定感**を上げる
- ④ ワーク4 **ジョブクラフティング**の考え方と実践

(3) ポジティブメンタルヘルスを部下に活かすためのプラン作成

※ Zoomミーティングでの参加型セミナーです。意見交換ができる端末・環境でご参加ください。



講師：猪俣恭子(株)story I 代表取締役)

国際コーチング連盟マスター認定コーチ

一般財団法人 生涯学習開発財団認定マスターコーチ

Coachacademia認定メンタークラスコーチ

米国CCE,Inc.認定 GCDF-Japan キャリアカウンセラー キャリアコンサルタント

・研修実績 約1,950回(22年間) ・コーチング実績時間5,200時間(19年間)

【申し込み方法（予約制）】

ジョブカフェちばのホームページからお申込みください。

https://www.jobcafe-chiba.jp/events/event/kigyo_positive_mentalhealth2023/

※申込み受付順に、定員になり次第締め切らせて頂きます。(講師と同業・土業、セミナー開催目的と参加目的が合わない方のお申込みはご遠慮ください。)なお、開催日時等は変更になる場合があります。

※開催2日前までに、参加用IDとパスコードをお知らせします。(2日前までに招待メールが届かない場合はご連絡ください。)

※ビデオオン、実名、意見交換のできる端末と通信環境でご参加ください。なお遅刻・席外し・途中退出等はご遠慮ください。

お問い合わせ(ジョブカフェちば(オフィス)) TEL: 047-460-5500