

# メンタルヘルスセミナー 逆境・どん底から 這い上がる方法

日時：10月3日(火) 午後2時～4時

場所：サポート・ワン 5階大ホール



講師：ターニングポイント株式会社 代表取締役社長 **にしだ ようこ** 西田 陽子 氏

## 講師プロフィール

日本体育大学女子短期大学部卒業。大学職員を経て大手IT系人材派遣会社に入社。営業の現場責任者、新規事業部門立ち上げ、部下の育成などに携わり、部署・全社の統括部門でクライアント・スタッフ側の統括責任者として活躍。2010年独立。「会社・組織・人財」の再起動計画熱血応援！元気づくり」をコンセプトに人財育成のコンサルティングで活躍中。講演では、人間の行動心理、特に女性の心理に精通し、その視点から経営に活かす方法を鋭く分析して解説する。

## 内容

「これからの時代に個々が身につけておくべき〇〇の力」「逆境から這い上がるために必要な4つの要素とは」「逆境・どん底から這い上がる力の高い企業・人の3つの特徴とは？」「個人が逆境・どん底から這い上がるためにすべき4つの事」「逆境・どん底から這い上がるためのSTEP①～⑦」「各シートに落とし込んでみよう！（個人ワーク）」「ストレスや変化に対応できる“セルフマネジメント”方法」

■受講料：無料（定員30名／申込先着順／定員になり次第締め切ります）

■申込方法：本チラシの受講申込書をFAXまたはお電話でお申し込み下さい。

■主催：石岡商工会議所 中小企業相談所、製造業部会

■問合せ先：石岡商工会議所（担当：高野） TEL.22-4181 FAX.22-6321

※会場には駐車場がございません。お車でお越しの際は、会場周辺の有料駐車場をご利用下さい。

## メンタルヘルスセミナー「逆境・どん底から這い上がる方法」受講申込書

FAX.22-6321（担当：高野）

事業所名		TEL	
所在地		FAX	
受講者名	①	②	③

※ご提供いただく個人情報は、各種連絡・情報提供や受講者の実態調査・分析に利用することがあります。