

新企画

困難をチャンスに変えてもっと飛躍する！

2022
9/5月
10:00～17:00成長のカギを握るマインドとスキル
～回復力・働きかける力・やり抜く力～

講師 プラスパワー 代表 柴田 典子氏



【略歴】コンサルティング会社の人事部にて、社員向けスキルアップ研修の企画や実施に携わる。その後独立し、ビジネススキルやキャリア開発などの研修に従事。「元気・笑顔を届け、個々人の豊かな可能性を引き出す」がモットー。ポジティブな部分に働きかけ、受講者からも「すぐやってみたい！」と意欲を引き出し、「主体的に行動に移せるようになる」と、好評を得ている。

【会場】りそな総合研究所 東京本社セミナールーム

特色

「周りを気にしすぎて行動できない」「失敗を恐れてチャレンジしない」「目標を決めても、なかなか達成できない」。考えすぎて、心が折れてしまい、先に進めなくなる方がいます。

しかしながら、「困難な出来事」とは何かを正しく理解すれば、自分をうまくコントロールし、さらにバネに変えて成長のチャンスにすることができます。本セミナーでは、科学的な根拠を元に正しく困難や逆境を理解し、自分の大切にしていることや強みを活かすことで、自ら飛躍する力を高めます。また自分の仕事の意味を見出すことで、モチベーションの向上や困難を乗り越える力にします。

カリキュラム

※録音・録画はご遠慮下さい。

1. 伸びる社員とは

- (1) 困難が自分を成長させる
- (2) ストレスによる反応の効果
- (3) まずは“今の自分”を知ろう！
- (4) 組織、所属、自分の役割・意義を考える **ワーク**
- (5) 自分の困難を整理する

2. 困難を「回復力」で乗り越える

- (1) 2つのマインドセット
- (2) 心が折れても回復できるレジリエンス力
- (3) 思考のクセを知る **ワーク**

3. 「働きかける力」の基盤をつける

- (1) 自分を認めることが働きかける力の基
- (2) 自分の大切にしているものは？～価値観を探る～ **ワーク**
- (3) 価値観を満たす働き方とは？

4. 「やり抜く力」でスキルアップ

- (1) 強みは最強の武器 **ワーク**
- (2) 強みを活かすとやりがいなる！
- (3) 仕事を意味づける

5. 楽しく伸びる社員になる

- (1) 自分の良さを活かしたなりたい自分 **ワーク**
- (2) 目標設定と行動計画 **ワーク**

受講方法

本セミナーは、『会場受講』東京（木場）開催です。

「セミナー（会場受講）のご案内」をご持参の上、セミナー当日、開催時間までに「りそな総合研究所 東京本社セミナールーム」にお越しください。
東京都江東区木場1-5-25 深川ギャザリアタワー S棟14階（東京メトロ東西線「木場駅」）

※昼食ならびに無料駐車場のご用意はございません。

受講料

※「入会特典」・「継続特典」をご使用の際は、ホームページのセミナーお申込みフォームの通信欄に「〇〇年度入会（または継続）特典利用希望」とご入力ください。

会員 26,400円

* 参加者1名様、消費税等、テキスト・資料代を含む
* 「入会特典」・「継続特典」・「優待サービス」をご利用いただけます。

一般 34,100円

会員の方：入会時にご選択いただきました「口座振替」あるいは「お振込み」のいずれかのお支払い方法になります。

一般の方：振込先について事務局よりご連絡いたします。セミナー開催4営業日前までにお振込みください。

* キャンセルはセミナー開催2営業日前の17時までにご連絡ください。それ以降のキャンセルは、受講料の全額をいただきます。

なお、参加申込みが催行可能人数に満たない場合や講師の病気、天災等により、開催を中止させていただく場合がございます。

お申込みは、当社HPよりお願いいたします。 <https://www.rri.co.jp/seminar/>

りそな総研セミナー 検索

お問合せ先

りそな総合研究所 研修セミナー部（東京） ☎03-5653-3951 ✉edu-tky@rri.co.jp