

公開講座

～「できる人」と「できない人」は何が違うのか。
自分を振り返り、今後の人生の中で変えられることを学ぶ～

メンタルサポート シリーズ⑤

自己肯定感を高める習慣

- 開催日 2025年2月13日(木) 13:30～17:30
- 会場 近鉄新難波ビル9階 第一会議室
(大阪市浪速区湊町 1-4-38)
- 受講料 おひとり様 8,800円(消費税込み)

講座について

他人と比べて「ありのままの自分」を肯定できない方が増えています。
自分を肯定「できる人」と「できない人」は、何が違うのでしょうか。
グループワークで自分を振り返り、これから変えられることを学びましょう。

※Zoomでもご受講いただけます。

講師

Kサポート 契約講師
公認心理師・ICFコーチ
井上 礼子

研修プログラム(4時間コース)

1. 自己肯定感とは
2. 自己肯定感を左右する関わりとは
3. 出来事の再定義
4. 受け止め方を変えるリフレーミング

お申し込みについて

1. お申し込み方法

- ①下記の参加申し込み書にご記入のうえ、近鉄HRパートナーズKサポート事業本部へFAX・郵送またはインターネットで開催の7日前までにご送付ください。
ただし7日前の場合は、直接近鉄HRパートナーズKサポート事業本部へお電話でご連絡ください。
- ②参加者が少人数の場合、中止もしくは延期させていただく場合がございます。
中止の場合は、ご入金いただいた受講料を全額返金いたします。

2. 受講料のお支払いについて

- ①お申し込み受付完了後、受講証および請求書をお申し込み者様宛にお送りいたします。
7日を過ぎて書類が届かない場合は、お手数ですがご確認をお願いいたします。
- ②受講料のお振込みは必ず開催日までをお願いいたします。振り込み手数料はお申し込者様でご負担ください。
領収書は通常発行を省略させていただいております。それ以降になる場合や近鉄HRパートナーズKサポート事業本部へ直接お支払いに来られる場合は、あらかじめご連絡ください。

3. その他

お申し込み後の変更またはキャンセルは、開催日の7日前までお受けいたします。
キャンセル料は、開催日6日前～前日は受講料の30%、当日は受講料全額です。

〒556-0017

大阪市浪速区湊町 1-4-38 近鉄新難波ビル5階

株式会社近鉄HRパートナーズ Kサポート事業本部 公開講座受付係宛

TEL : 06-6978-8654 FAX : 06-6978-8624

「自己肯定感を高める習慣 2月13日(木)」参加申し込み書

(フリガナ) 会社名	-----		TEL.	() -
	-----		FAX.	() -
所在地	□□□-□□□□		(フリガナ) お申し込み責任者	-----
	-----		所属・役職	-----
ご参加者氏名 (フリガナ)		所属・役職	<p>◎お手数ですが、本講座をお知りになったきっかけをお教えてください。 ※該当するものに印・記入をお願いいたします。</p> <p>1.パンフレット(郵送・設置) 2.ご友人・知人の紹介 3.弊社ホームページ 4.弊社社員()の紹介 5.近鉄百貨店 外商本部の紹介 6.その他()</p> <p>◎参加申し込み書にご記入いただいた個人情報は、 ①受講証および請求書の発行・発送 ②弊社開催の講座・セミナーのご案内 に限って使用させていただきます。</p> <p>②が不要な場合は右にチェック願います。 <input type="checkbox"/> 不要</p>	
-----		-----		
-----		-----		
-----		-----		
-----		-----		