



生き生き働き方セミナー

～仕事に前向きに取り組むことができるコツ～



★セミナーのねらい

起きている時間の大半は「労働にかかわる時間」です。この「労働にかかわる時間」をイヤイヤ働き続けるのではなく、生き生き働くことが「ワーク・エンゲイジメント」とされ、「活力・仕事に活力を得ていきいきとしている」「熱意・仕事に誇りとやりがいを感じている」「没頭・仕事に熱心に取り組んでいる」の3つが揃った状態と定義されています。

本セミナーでは、このような状態を自発的に作り出す、「モチベーションを高めるスキル」「共同体感覚を育む職場環境」「自他を勇気づけるノウハウ」について、グループディスカッションや演習を通じて実践的に学びます。これが身につくと、驚くほど劇的に自分のあり方や人との関係が変わります。多少つらいことがあっても、仕事が苦痛ではなく、情熱を傾ける価値があるものだと考えることで、社会人としての人生は大きく変わります。そして個人の変革が組織風土にも良い影響を与える効果が期待できます。

開催日時

2023年 2月 1日(水) 9:30～16:30 (接続開始 8:45 会場受付 9:00)

会場

富山会場：一般財団法人北陸経済研究所 4Fセミナールーム
各受講企業またはご自宅にて (Web ミーティングシステム「Zoom」を使用)

対象

新入・若手社員から経営幹部・経営者まで、すべての方

定員

富山会場：16名 オンライン：20名

セミナーの特徴

◆アドラー心理学から学ぶ自分に見合った働き方
—その1「勇気づけ」を学ぶ

◆アドラー心理学から学ぶ自分に見合った働き方
—その2「共同体感覚」を学ぶ

◆演習や話し合いを通じ、自分に見合ったスキル&考え方を習得



セミナーの期待効果

現代の働き方に必要な
「ワーク・エンゲイジメント」

仕事・喜ばしい感情
・楽しみ
・有意義感 などを持つ

・モチベーションの向上
・自立性・貢献感 など

・心理的安全性の確保 (自分の居場所)
・生産性向上

セミナー内容

1) オリエンテーション～アドラー心理学の概要

- ・オリエンテーションとリレーションづくり
- ・本セミナーの目的
- ・アドラー心理学の概要 (なぜ働く人に効くのか?)
- ・After コロナ & With コロナとアドラー心理学

2) ワーク・エンゲイジメントについて

- ・ワーク・エンゲイジメントの概要
- ・ワーク・エンゲイジメントとは?
- ・生き生き働く心の持ち方、ワーク・エンゲイジメントと関連する概念

3) やる気 (モチベーション) の仕組みと活性方法

- ・外発的動機づけと内発的動機づけ
- ・2つの動機づけスタイル
- ・やる気をもたらす要因は何か (4 Sion & Logic)

4) 感情をコントロールする

- ・感情のコントロール法 (気分転換法)
- ・「怒り」について、二人三脚構造になりやすい「怒り」
- ・言い方/すぐにできる心の身体のリラックス方法

5) あたりまえの価値を再認識する

- ・ヨイ出し・ダメ出し
- ・行動への注目

6) ものごとを前向きに考える

- ・リフレーミングとは?、楽観主義
- ・失敗の受け止め方

7) 勇気づけ

- ・勇気づけとは? / 「ほめる」と「勇気づける」の違い
- ・自分を勇気づける方法、勇気づけに必要な態度と技術

■まとめ/質疑応答

講師

有限会社ヒューマン・ギルド
取締役研修部長

ながとう

永藤 かおる 氏



1989年 三菱電機株式会社に就職。
1992年『月刊スポーツビジネス』編集部にて、取材、原稿作成、編集、進行管理等編集業務全般を担当。
1996年 香港の語学専門学校にて、日本語科専任教師として勤務。非常勤講師に向けた勉強会やセミナーを開催。
2001年 (株) フェイバー入社。人事、教育、総務からネットショップ立ち上げ、コンテンツ制作まで幅広く担当。
2005年「琉球デジタルワークス(株)」【現パットウェブ(株)】を立上げ。沖縄県の若年雇用を推進。
2010年 ヒューマン・ギルドにて働く人のためのカウンセリング業務および企業研修を開始。現在に至る。

■参加申込方法(①②③のいずれか、あるいは右QRコードよりお申込み下さい)

※お申込みはなるべくWebでお願いいたします。

- ①北陸経済研究所 HP の「セミナー・講演会」⇒ 各セミナー ⇒ 「Web でのお申込み」
②以下の「北経研セミナー参加申込書」に記入の上、FAX
③E-mail : haginaka@hokukei.or.jp に必要事項を記入の上、メール

お申込みフォームへ



■参加費(税込)

会 員 1 名 18,700 円

非会員 1 名 38,500 円 ※賛助会員にお申込みいただければ、会員価格でご受講いただけます。

●2名以上参加される場合は10%の割引料金になります。

■お申込みにあたって(必ずお読みください)

- ①請求書や受講証、オンライン受講者様へのご案内(接続URL)はE-mailにてお送りいたします。ご連絡担当者様およびオンライン受講者様のE-mailアドレスは必ずご記入いただきますようお願いいたします。
②キャンセルのお申し出は5営業日前までをお願いいたします。以降のキャンセルはご返金いたしかねますので、予めご了承ください。ただし、当研究所主催の別セミナーへの振替受講のお申し込みをお受けいたします。
③オンライン受講の際は、カメラは常時オンをお願いします。テキスト等の資料はメールで送る場合がございますので、事前に印刷してお手元にご用意いただきますようお願いいたします。
④セミナー中、録画再配信用にレコーディングをしております。場面によっては、受講者が映る場合がございますので、ご了承ください。
⑤お申込みが最低開催人数に満たない場合は、中止させていただきます。あらかじめご了承ください。

(2022-058)北経研セミナー参加申込書 (2月1日 富山・Web)

年 月 日

一般財団法人北陸経済研究所宛て

F A X : 076-433-1164

【お問合せ】 TEL 076-433-1134 担当 萩中
富山県富山市丸の内1丁目8-10
E-mail:haginaka@hokukei.or.jp

貴 社 名					
電 話 番 号		FAX			
所 在 地	〒 ー 市町村				
ご連絡担当者	お 名 前				
ご連絡担当者様の E-mailアドレスのご記入 をお願いいたします。	所 属				
	E-mail				
【 2月1日(水) 富山・Web 】 参 加 者					
お名前	所 属	役職名	E-mail	※URL・パスワードをお知らせ します。必ずご記入ください。	受講場所
					富山・Web
					富山・Web
					富山・Web