

ひとりでいるのがツラくなった時  
心がふっと軽くなるコトバがある  
ほかの人と同じ時間を共有すると  
知らず知らず解きほぐされることがある  
明るくポジティブな講師は  
あなたの人生の水先案内人かも  
へこんでばかりいないで  
自分の内側にある可能性を  
オモテに引っ張り出してしまおう！

# 笑顔で ポジティブ シンキング

1  
セルフ  
マネジメント  
講座

ゲーム感覚の楽しいワークで  
あなたの知らなかった「じぶん」発見！

「ほめコトバを身近なものにしよう！」

- 自己肯定感をUP！
- ポジティブ思考になっちゃおう！
- コミュニケーション力UP！
- 自分の長所を考える
- 自己PR文を作る「とっかかり」は？

平成30年

10月15日(月)



ワーク度75%

10:00～13:00 ※遅刻の場合は、入室をお断りすることがございます。

講師●内海典子氏(日本褒め言葉カード協会インストラクター)

会場●東京しごとセンター3階 セミナー室(東京都千代田区飯田橋3-10-3)

参加対象●34歳以下の方

定員●20名(先着予約制)

参加費用●無料

主催●公益財団法人 東京しごと財団



“てるこ”マークが多いほどワーク中心になりま

カ カウンセリングとの併用がオススメです！



東京しごとセンター ヤングコーナー

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3

Tel. 03-5211-2851 <http://www.tokyoshigoto.jp/>