

『シニアのためのメンタルトレーニング』

2008年6月18日(水)開催

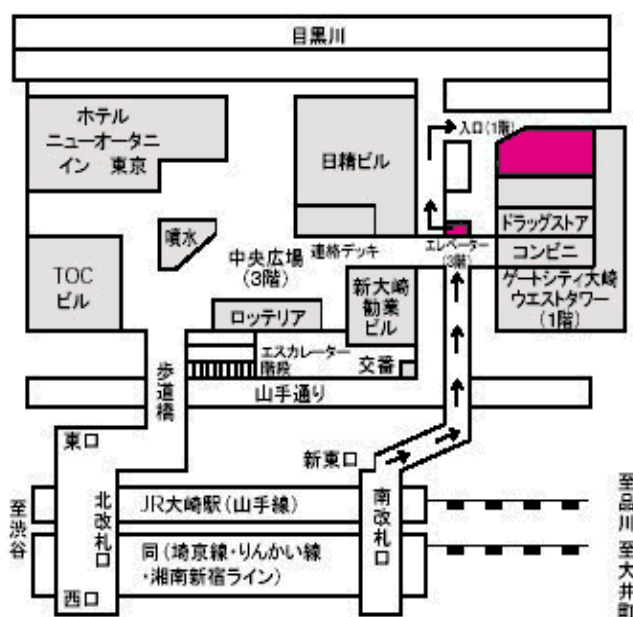
主催: 特定非営利活動法人シニアジョブ
後援: 東京商工会議所

いよいよ団塊世代の方の仕事力と人間力が求められる時代となりました。団塊世代の方が、人生を楽しく過ごすためにも、特に留意していただきたいと思うことを『心』の現場からお話します。格差社会と言われる中で、個性と自分らしさ(自己実現)の意味を確認していただき、定年退職後・セミタイヤ後の完全なる老い支度までのセルフケアに関連する具体的な仕事形態上の留意点。50代後半から65歳までの自身の心の成長をどのような形で促進することが望ましいか。

また、自分らしく生きて働くためには、人間が悩みやすい問題を明確にしておき、対処しやすい自分を構築しておくことが大切です。第2のモラトリアム期とも称される大事な時期です。健やかに日々を送れるための仕事への取り組み方をセルフケアを交えながらお話します。最後に、団塊世代にも必要なスキルとして求められている「聴く力」のチェックシートで認識していただきます。

このセミナーでは、シニアは勿論ですがシニア以外にもシニアの現状をわかりやすく情報提供します。

日時: 2008年6月18日(水) 17:30~21:00
会場: 東京都南部労政会館 第3会議室
東京都品川区大崎1-11-1 ゲートシティ大崎
ウエストタワー2階
最寄駅: JR山手線 大崎駅下車徒歩3分



【スケジュール】

- 17:45 受付開始
- 18:00 開会の挨拶
NPO法人シニアジョブの活動・取り組みについて
- 18:10 メイン・セミナー

『シニアのためのメンタルトレーニング』

団塊世代の方が直面している事の中でも、生き方と働き方が問われる事例です。

1. 親の介護をしながら働くことの意味
2. 若い人との関係を折り合いつけて働くことの意味
3. 家族や夫婦のバランスを保ちながら働くことの意味
4. 心と身体のメンテナンスを続けながら働くことの意味

講師: 秋山総合心理研究所
産業カウンセラー・メンタルトレーナー
代表 秋山幸子 氏

- 19:10 休息(名刺交換会など)
- 19:30 サブ・セミナー(質疑応答)

『聞く力チェックシートで認識』

コミュニケーション力の大きな部分を占めるヒアリング力(聞く力)を強化します。チェックシートを使いながら、具体的にどの部分に気を付ければ効果的なスキルを養えるのか考えます。3つのきくスキル ~ 「聞く」「聴く」「訊く」とは……

講師: 秋山総合心理研究所
産業カウンセラー・メンタルトレーナー
代表 秋山幸子 氏

- 20:00 事務局からのお知らせ
- 20:10 終了・解散
- 21:00 退出完了

定員: 50名

締切: 2008年6月16日(月)
(定員に達し次第、締め切らせていただきます。)

会費: [事前申込] 会員・一般 1,000円、学生 500円
[当日申込] 会員 1,000円、一般 1,500円、学生 500円
(学生は、受付で学生証の確認を行います。)

【NPO法人シニアジョブとは】

1. インターネットを最大限に活用して、全国的に中高年実務経験者の専門知識、技術、経験の社会還元を促進し、中高年者の経済活動の活性化をはかる。
2. シニアの専門知識、技術、経験を若い世代に伝承することにより技術立国日本の伝統を守り継ぎ、広く公益の増進に貢献する。
3. シニアとジュニア(現役ビジネスマン)の交流の機会を提供して情報交換を行い活性化をはかる。

【お問い合わせ】

特定非営利活動法人 シニアジョブ
シニアジョブ・セミナー事務局
eMail: info@senior-job.org

★お申込み★

下記ホームページからお申込み下さい。
お申込みを受付後、確認のメールをお送りさせていただきます。
<https://ssl.senior-web.org/app1/app2.cgi>