

2020
年度

まな **VIVA!**

10～12月
毎週火曜

このセミナーでは、3カ月を1クールとして、社会人として必要なスキルを様々な角度から学びます。
働くための基礎的な力を身につけて就職への一歩を踏み出しましょう！

10月	6日	主体性	みんな主体性を持っている	主体性とは自分が主人公であるということを意識できることです。すべての人は主体性を持っていますが、それに気が付いていないかもしれません。今回は自分の中にある「主体性」に気付く方法を学びます。
	13日	課題発見力	現状と目標のギャップに注目する	現状と目標のギャップの部分に課題が生まれます。まずは、そのギャップの見つけ方を学びます。
	20日	発信力	自分の考えを他人に伝える②	SNS やメールなど、多岐にわたるコミュニケーションが、それぞれどのような効果を持っているのかを学びます。
	27日	柔軟性	自分とは違う「誰か」	自分と異なる意見を持っている人や立場の違う人を理解するために必要な考え方を身につけます。
11月	10日	働きかける力	他人に働きかける②	チームで働くことを想定して、自分の発言や行為が他者にどのような影響を与えるのか、また、その逆はどうなのかを、具体的な場面設定を通して学びます。
	17日	計画力	優先順位とプロセス②	優先順位がはっきりすると、順番を決めることが容易になります。順番が決まると、「今、どうするか。」「次、どうするか。」が明らかになります。身近なテーマを元に、優先順位のつけ方について学びます。
	24日	規律性	暗黙のルール	世の中にはたくさんのルールがありますが、その全てが明文化されているわけではなく、名前もついていないようなルールも存在しています。それらを意識し、社会生活でどのように役立っているのかを学びます。
12月	1日	実行力	行動の連鎖②	ビジネスの場では、行動の繋がりを意識した上で物事を実行することが求められます。今回は、分岐する行動がどのように連鎖するのかを学びます。
	8日	傾聴力	チームの中で「聴く」ということ③	話上手は聞き上手。と言われるように、コミュニケーションの基本は「聴く」ことから始まります。「聴く」と「聞く」の違いを知り、その上で、チームで働く際に必要とされる傾聴力について学びます。
	15日	状況把握力	ゼロベース思考	状況把握力＝よく観察することですが、観察をする時に先入観があると、間違った状況を把握してしまうかもしれません。今回は、ゼロベースという考え方を知り、的確に状況を把握する練習をします。
	22日	ストレス対処力	メンタルヘルスを考える③	社会的にメンタルヘルスクアの重要性は年々高まっています。そこにある社会的背景や、職場でメンタルヘルスが重要とされる理由を多角的に分析し、メンタルヘルスについて考えます。

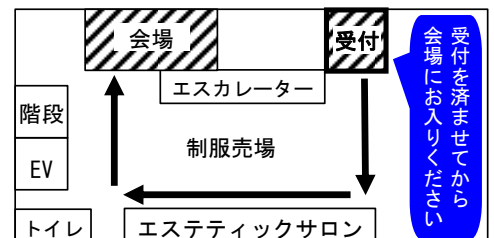
【日時】 毎週火曜日 10:30～12:00 (開場 10:00)

【会場】 サポステ相談室4

【講師】 まなびやとら 代表 高岡 美穂さん

【定員】 サポステ登録者 12名 (先着順予約制)

【持ち物】 筆記用具 【参加費】 無料



<お申し込み>

えひめ若者サポートステーション いよてつ高島屋南館 3階

TEL 089-948-2832 FAX 089-941-5301 MAIL: sp-station@lagoon.ocn.ne.jp

●受付時間 月～土 10:00～18:00 (日・祝・年末年始はお休みです)

●サポステ利用は「登録」と「相談員との面談」が必要です。お済みでない方はご相談ください。

※えひめ若者サポートステーションは厚生労働省と愛媛県から委託を受けて 伊予鉄総合企画株式会社 が運営しています。