

2021  
年度

まな **VIVA!**

1～3月  
毎週火曜

このセミナーでは、3ヵ月を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步を踏み出しましょう！

1月	4日	主体性	主体性を学ぶ④ エンパワメント	主体性は、皆が同じものを持っているのではなく、個々に違う主体性を持っています。今回はセルフエンパワメントという考え方を学び、自分らしい主体性について考えます。
	11日	課題発見力	隠れている課題を見つける	課題が隠れて見えないときには、発見する必要があります。しかし隠れているものは見えにくいものです。今回は、「型」を利用して、課題を見つける方法を学びます。
	18日	発信力	SNSと発信力	SNSは誰でも手軽に発信ができるツールで、企業も自社でSNSを活用する中で、働く人ひとりひとりにSNSと適切に付き合うことが求められています。SNSについて学び、どう付き合うのかを考えます。
	25日	柔軟性	異なる意見を持つ人を受け入れる③	ひとりディベート(ある物事について、肯定派・否定派に分かれて意見を交換し合う)を通じて、異なる意見を持つことで得られるメリットや自己決定の必要性について学びます。
2月	1日	計画力	仮説思考と計画力②	私たちが計画を立てるときには、未来に起こることを予測し、その出来事をやり切ることを前提としています。今回は、仮説思考を使って計画を立てる練習を行い、計画力を身につけます。
	8日	働きかける力	他人に働きかける③	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。
	15日	創造力	アイデアを広げるフレームワーク	アイデアを出す方法を知っていると、たくさんのアイデアを表現することができます。今回はアイデアを出すときに使えるフレームワークを学びます。
	22日	職業観	「仕事」が社会を作る	日本には約17,000の仕事があります。これらの仕事がどのような場面で、どのように作用しているのかを知り、仕事と社会の繋がりや、仕事と仕事の繋がりについて学びます。
3月	1日	実行力	行動を習慣化する	ビジネスでは、ものごとを「実行をする」だけで終わらず、良い結果をもたらした行動を継続して実行し続ける力が求められます。行動を継続して実行するとはどういうことかを具体的に学びます。
	8日	規律性	社会秩序と規律	社会には様々な「決まり」があります。どのような決まりがあるのか、なぜそれは存在するのかを考察し、社会人としての規律性の大切さを学びます。
	15日	傾聴力	チームの中で「聴く」ということ④	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。
	22日	状況把握力	個々の役割を知る	仕事をする上で、人には様々な役割があります。自分の役割を知っていれば、状況に合わせた行動を取りやすくなります。この講座では仕事をする上でどのような役割があるのかを考えます。
	29日	ストレス対処力	メンタルヘルスを考える④セルフケア	メンタルヘルス不調は正しい対処をすれば予防や早期対応ができます。今回は自分が自分のメンタルヘルスと向き合うセルフケアについて学びます。

【日時】 毎週火曜日 10:30～12:00 (開場 10:00)

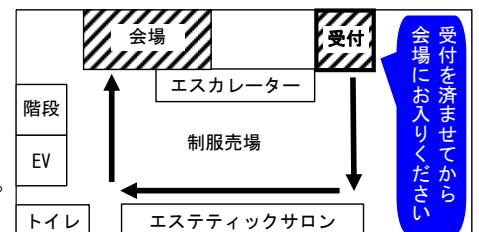
【会場】 サポステ相談室4

【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6名 (先着順予約制)

※新型コロナウイルスの状況により、定員を変更する場合があります。

【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。