

一般の方の参加も
お待ちしております！

“折れない心”
の育て方

レジリエンス・ トレーニング セミナー

就活の面接が上手く
できなかった…。

また失敗して
しまった…。

「レジリエンス」とは逆境・困難にぶつかり落ち込んだ時に、素早く立ち直る能力です。セミナーでは「レジリエンス」を向上させる「スキル」を紹介します。ものの見方や習慣を見直すことでタフな自分を作る方法を身に付けましょう。

基礎編

6月15日(土)
13:00～15:00

自分の“考え癖”を知る

※基礎編のみの参加はできます。

研究が思うように進まない…。

応用編

6月15日(土)
15:30～17:30

“必要以上にへこむ”
ことなく物事を捉える

※応用編のみの参加はご遠慮ください。

仕事先の人間
関係に疲れた…。

- *場所： 中央図書館2階 ディスカバリスクエア
- *対象： 名古屋大学の学生・教職員・学外の方
- *講師： 近藤 竜彦（生命農学研究科講師 / JPPA認定レジリエンス・トレーナー）
- *申込： 申込フォーム 附属図書館トップページ > 講習会
<http://www.nul.nagoya-u.ac.jp/guide/literacy/guidance.html#resil>



お問合せ：中央図書館情報リテラシー係（平日8:30-17:15）

Tel : 052-789-3681 E-Mail : sanko@nul.nagoya-u.ac.jp