

“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

研究が思うように
進まない・・・。

また失敗して
しまった・・・。

応用編

8月6日（火）

10:00 ～ 12:00

“必要以上にへこむ”
ことなく物事を捉える

基礎編

8月5日（月）

10:00 ～ 12:00

自分の“考え癖”
を知る

就活の面接が上手く
できなかった・・・。

「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。

- * 場所： 中央図書館 3 階 ラーニングポッド B
- * 対象： 名古屋大学の学生・教職員
- * 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

