

心が疲れやすいあなたへ



繊細さんが 自分らしく生きるコツ

職場で空気を読みすぎて疲れる…。人の言動が気になり落ち込んでしまう…。
そんなあなたは「繊細さん（HSP）」かも。
本セミナーでは繊細さ故の人間関係の不安をどう理解し、付き合っていけば良いのかを
講師と一緒に考えていきます。
※繊細さん（HSP）…感受性が高く敏感な気質を持った方のこと。

講演内容

- ・職場の人間関係の不安を乗り切るヒント
- ・その相手のイライラ、ホントにあなたのせい？
- ・コワくて苦手を感じるあの人、ホントにコワイ人？

日時

2025年
8月30日(土)
14:00~15:30 (開場:13:30)

参加無料
定員40名
(要申込)

場所

とりぎん文化会館 第2会議室
(鳥取市尚徳町 101-5)

申込方法

とっとり電子申請サービス、電話
または来所にて承ります。

8/27(水) 締切

※手話通訳申込期限：8/23(土)

電子申請



講師 **勝部 達也** 氏

(臨床心理士 / 公認心理師)

幼少期より、“生きる意味”や“なぜ人は苦しむのか”ということに関心を持ち育つ。ユング派分析家の基、夢分析を用いた教育分析訓練を受け、臨床家としての基礎を学ぶ。資格取得後は精神科クリニックやスクールカウンセラー等の現場で活動。現在は、就職サポート機関でのひきこもり相談や矯正施設のメンタルヘルス活動に従事する。

申込
問合せ

鳥取県立鳥取ハローワーク

鳥取市東品治町 111-1 (JR鳥取駅構内)

開所 平日・土曜 / 10:00 ~ 18:15

TEL 0857-51-0501

FAX 0857-51-0502

E-Mail hellowork-tottori@pref.tottori.lg.jp

