



～職場の人間関係に悩み、疲れたあなたへ～

# 『人間関係を楽にする』ヒント

## セミナー内容

- 人間関係で悩むのはなぜか？
- 人間関係の悩みから解放されるには？
- 相手を理解するための話の聞き方
- 相手に届きやすい伝え方 など

職場の人間関係に悩み、コミュニケーションに苦労したことのある方は、お気軽にご参加ください。悩みを軽減する方法を知り、前向きな気持ちで就職活動に取り組みませんか。

申込〆切 令和5年1月5日(木)

参加費無料  
先着10名様  
(事前予約制)

[日時] ▶▶▶ 令和5年1月10日(火) 13:30～15:30

[対象者] ▶▶▶ 鳥取県内での就職を目指される方(学生、生徒を除く)

[会場] ▶▶▶ 倉吉シティホテル 3階 カサブランカ  
(倉吉市山根543-7)

※お申込みの受付は先着順です。会場参加の定員を超えるお申込みがあった場合、オンラインでご参加頂くことができます。  
※会場参加で受付を行った場合でも、新型コロナウイルス感染状況によりオンラインでのご参加に変更をお願いする場合があります。

### 《講師》

鳥取大学大学院医学系研究科 臨床心理学講座

教授 竹田 伸也 氏



### プロフィール

「生きづらさを抱えた人が、生まれてきてよかったと思える社会の実現」という価値を大切に、心の健康や自他尊重の心などに関する研究に取り組んでいる。  
対人援助・ストレスマネジメントに関するセミナー講師の他、『一人で学べる認知療法・マインドフルネス・潜在的価値抽出法ワークブック』などの著書を執筆。

問合せ

鳥取県立倉吉ハローワーク

倉吉市山根557-1 パープルタウン1階

TEL 0858-24-6112 HP <https://www.tori-hello-w.jp/>

参加申込用  
QRコード



《主催》鳥取県立倉吉ハローワーク・鳥取県地域活性化雇用創造プロジェクト推進協議会