

自己変革と人間関係

《プログラム案》

1．学ぶことは自己成長

自己成長の考え方
成功への心構え、その構造
人間のパーソナリティ
能力とは...ものごとを成し遂げることのできる力

2．中堅職員としての人間関係

あなたの「元気の源」と「病気の源」を考えよう
人に好かれる人とは？
人間を知るキーワード

3．後輩指導のポイント

指導育成は誰のため？
考え方のパターン
後輩の「やる気」をかきたてるポイント

4．心の健康と職場適応

ストレスの3大要因とマネジメントの方法
ストレスと心身の変化
ストレスと性格
防衛行動と対処行動の対比
