

折れない心をつくる レジリエンス（逆境力）養成セミナー

日時 | 2021年9月8日（水）10:00-17:00

場所 | 伊予銀行本店南別館2階「セミナールーム」（松山市三番町5丁目10-1）

ねらい

- 心が折れやすい人と折れにくい人の考え方・行動の違いを学ぶ
- 自分の人生を振り返り、自分の強みを明らかにする
- 壁を乗り越えるための思考・行動を身につける

対象者

- 若手・中堅社員の方
- 壁を乗り越えるための思考や行動を学びたい方

講師

株式会社セルフ・インプルーブ
わだ べん
代表取締役 和田 勉 氏



18歳の時、飛び込みの教材販売において1週間で約70万円の収入を獲得し、自身の営業センスに気づく。大学卒業後、三共株式会社（製菓）で営業を担当、高業績を上げる。その間、九死に一生を得る経験をしたことで「人は何のために働くのか、何のために生かされているのか」を深く探求し、心理学、コーチング、仏教、東洋哲学、禅、武道を学ぶ。その後、三井化学株式会社に転職。子会社の支店長時代に全国営業トップ支店に導く。2013年末に同社を退職後、株式会社セルフ・インプルーブを設立。実施する研修では、人が行動できない原因である「メンタルブロック」を外すことで研修後の行動を劇的に変え、業績に直結すると評判が高い。

セミナー内容

1. オリエンテーション

2. いま、心が折れてしまう人が増えている

- 心が折れるとは、どういうことか
- なぜ心が折れる人が増えているのか
- これからは、できる社員は主体性の発揮が要求される

3. 心の折れにくい人と、心の折れやすい人【個人ワーク】

- 全体像を理解する
- 心がネガティブな状態と感情コントロール
- 楽観性と行為の主体性について

4. 自分の今までを振り返る

- 現在の自分を考えるチェックリスト【個人ワーク】
- 逆境グラフの作成【個人ワーク】
- 自分の強みを知る

5. レジリエンス力（逆境力）を身につけよう

- 心が折れにくい人の共通点とは
- 経験学習モデル
- 『成功』の反対は

6. 壁を乗り越えるモチベーションアップ法

- 行動ありきの、短期集中作戦！
- PDCAサイクルからTEFCASサイクルへ
- 食事、運動とモチベーションの関係とは

7. 研修のまとめ 全体の振り返り

● 講師からのメッセージ ●

コロナ禍で、これからのことを考えると仕事もプライベートも不安になっている方が多くなっています。

このような時にこそ、レジリエンス（逆境力）を身につけることで、ストレスと上手につきあい、困難を乗り越えて、自分を成長させるチャンスにすることができます。

人は感情で右往左往します。心の構造を学ぶことで安心が得られ、自信がつかます。

超前向きモチベーターの講師が、あなたにレジリエンスの極意をお伝えします。

受講料

※お1人あたり、含昼食代

IRC会員 | 17,600円 (税込)

会員以外 | 23,100円 (税込)

松山市の助成金制度のご案内

松山市内に事業所を有する中小企業又は中小企業団体は、受講料の一部について補助を受けられる場合がございます。申請は研修日前日までに済ませてください。

詳細につきましては、**松山市地域経済課**へお問い合わせください。TEL 089-948-6783

お申込み方法

2021年10月1日以降はキャンセル受付を前日の正午までとさせていただきます。

- 下記の申込書にご記入のうえ、FAXまたはメールにてお申込みください。
- 開催日の前日までに請求書に記載している弊社口座にお振込みください。
※領収書は発行致しません。
- 当日キャンセルの場合は、受講料は返金致しかねますのでご了承ください。
なお、**キャンセルの場合は前日の午後3時までにご連絡ください。**
※前日が土日、祝祭日の場合はその前日となります。
- 定員（36名）になり次第、締め切らせていただきます。
- 最少催行人数に満たない場合は開催を中止することがございます。
- 同業者の方は申込をお断りすることがございます。あらかじめご了承ください。

セミナーはWEBサイトからお申込みいただけます



IRC ビジネスセミナー

検索

受講申込書 兼 受講票

※注意 受講票は発行しておりません。本申込書は受講票を兼ねております。

2021年9月8日(水) 開催		折れない心をつくる レジリエンス(逆境力) 養成セミナー			
◆該当する方に○をつけてください。		IRC会員 ・ 会員以外			
貴社名			修了証が必要な場合は右枠内に○をつけてください。→		
業種		取引店名	伊予銀行 支店		
ご住所	〒				
ご連絡先	TEL :	※必ずご記入ください E-mailアドレス			
	FAX :				
お申込 責任者	(お名前)	(所属)	(役職)		
受講者名	お名前	ふりがな	所属	役職	年齢

ご記入いただいた個人情報は、セミナーに関する用件に限り利用いたします。

お申込み・
問合せ先

株式会社いよぎん地域経済研究センター (担当 熊田 / 川尻 / 芳野)

愛媛県松山市三番町5丁目10-1(伊予銀行本店南別館4階)

TEL 089-931-9705 / FAX 089-931-0201 /E-mail seminar@iyoirc.co.jp