



ネガティブ 思考対策編



◆日時
7月5日(火)
14~15時(講座)
15~16時(個別相談)

◆場所
ハローワーク木更津

◆定員
20名(15~39歳の方のみ)

ネガティブ思考からポジティブ思考へ変化!

思考をゆるめてリラックスにチャレンジしていきます。

講師：臨床心理士 大竹 保仁

就職活動がうまくいかず、「疲れてしまった」「ついついネガティブに考えてしまう」という方はいらっしゃいませんか？

本講座では、「ネガティブな時の心の状態はどうなっている?」「ネガティブ思考をポジティブ思考に変化させるコツ」を紹介させていただきます。リラックスした雰囲気、ゆるやかにチャレンジしてみませんか？

※参加される方は筆記用具をご用意ください。

※雇用保険受給中の方は受給資格者証をお持ちください。

【お申込み・お問い合わせ先】

◆ちば南部地域若者サポートステーション

木更津市富士見 1-1-1 たちより館2階(木更津駅東口前)

☎0438-23-3711(月~土 9:30~16:30)

URL: <http://www.chiba-nambu-saposute.jp>

◆ハローワーク木更津 職業相談部門 担当:高橋

☎0438-25-8609(月~金 8:15~17:15)