

～ 不安を減らし行動力を上げるには!? ～

就活を楽しむための心理学



不安感を持ちながら行動する人は、前向きに行動する人に比べ、探し物が見つかる可能性が50%も減ってしまいます。つまり自分に合った就職先を見つけるチャンスも50%減ってしまうという事です。

不安感が減れば行動力も上がり就活だけでなく、就活後の人生も明るいものとなっていきます。

講師

有限会社ワイノット
代表取締役

まつだ としかず
松田 寿一氏

活動

個人カウンセリング、セミナー講師 他

資格

公認心理師、産業カウンセラー

加盟

公認心理師協会、日本産業カウンセラー協会、日本産業精神保健学会 他

講演内容

- なぜ不安感が強くなるのか？
- 不安感を減らす習慣や食べ物
- 行動力を上げるための思考法
- 不安感の処理方法
- 他人に左右されない心の鍛え方
- 人間関係の不安を消す方法

※お話だけでなくワークなどを行い、気づきを深めるセミナーです。

日時

令和7年

10月11日 土

14:00～15:45 (開場 13:30)

申込〆切：令和7年10月8日(水)

会場

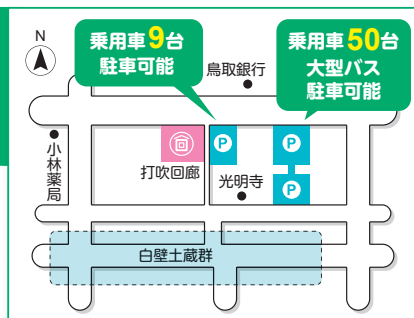
打吹回廊コミュニティホール

(倉吉市明治町1032番地19)

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)

会場案内図



申込方法

とっとり電子申請サービスより申込

※とっとり電子申請サービスをご利用できない場合は、お電話・メールにてお問い合わせください。

当セミナーは雇用保険
失業給付の求職活動に該
当します。

参加申込用



主催
問い合わせ

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
開所時間 10:00～18:15 (日・祝日除く)

TEL 0858-24-6112

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

Webサイト <https://www.tori-hello-w.jp/>

