



コミュニケーション上手は セルフケア上手

～メンタルヘルスの観点からコミュニケーションのあり方を考える～

職場の快適さに影響する要素としてまず挙げられるのは、人間関係といえます。世代間ギャップ、価値観の相違、立場や責任範囲の違いなど、職場内外での関係性は多岐にわたることから、関係性構築に難しさを感じてしまう人は少なからず存在します。本セミナーでは、私たちのメンタルヘルスを左右する職場の人間関係や、相手との関係を良好にしていくための「相手とのコミュニケーションの取り方」について、メンタルヘルスの観点より考えていきます。

参加費無料

オンライン完全開催

開催日時

2024年
12月3日(火)
18:00～19:30

カウンセラー

松本玲子氏

(株式会社 Eパートナーカウンセラー)

教職員
対象

▼申し込み



<https://forms.gle/kZF5Kzbof4mkmrWL7>

◆本企画は「協生環境推進ウィーク2024」の一環として開催しています

主催：慶應義塾協生環境推進室

お問い合わせはQRコードよりお願い致します

