



# セルフモチベーション向上研修

～人生100年時代における職業人生の生き方～

業務は複雑さを増し、従業員個々には“専門性の向上と仕事の効率化”が求められています。そうした状況下で、いつも外部環境が自身をタイミングよくモチベートしてくれるとは限りません。本研修では、自らの経験から【モチベーションが高低するポイント＝特性】を確認したうえで、セルフモチベーション向上の方法を確認します。人生100年時代、長期化する職業人生を意欲的に取り組む思考法の獲得を目的としています。

## ■ 開催要項 ■

日時 令和6年7月11日(木)  
10:00～16:00

会場 豊橋商工会議所 会議室

受講料 会員企業 9,000円/名  
非会員企業 14,000円/名

※申込後、7/4(木)以降の参加取消は受講料全額のキャンセル料が必要となります。

定員 30名(最少開講人数:10名)

申込方法 下記申込書をFAXなどでお送りください。会議所ホームページでも受付しています。

開催日の10日前頃「確認書とお支払いのご案内」を申込担当者様宛メール等でお送りします。  
※通信障害等による申込書未着について当所は責任を負いかねます。

## ■ 講師紹介 ■

オフィスサミ

水藤 麻美 氏



## ■ 講座内容 ■

- オリエンテーション  
(1) 研修目的及びゴールの確認  
(2) モチベーションとは  
(3) セルフモチベーションを向上させることの重要性
- モチベーションを理論から学ぶ  
(1) モチベーション理論から考えるセルフモチベーションへの影響  
(2) 言葉の力とセルフモチベーションへの影響  
(3) 仕事の要素とセルフモチベーションへの影響
- 自らの特性を知る  
(1) ワークを通じて自らの特性の確認  
(2) ワークとライフの充実に向けた思考法
- ケースを通じた思考法の整理  
(1) 〈ケース〉を通じて考える「仕事とモチベーションの互いの関係」
- まとめ  
(1) 本日学んだ事の振り返り

----- 切り取らずにこのままFAXしてください -----

豊橋商工会議所 ビジネスサポートセンター 行 (FAX 0532-53-7210)

## 「セルフモチベーション向上研修」 受講申込書 (R6.7.11 開催)

事業所名	受講者氏名		役職または所属	勤続年数
所在地	(〒 - )			約 年
TEL/FAX	TEL	FAX		約 年
申込担当者	氏名	役職または所属	メールアドレス	
業種(○印)	製造・建設・小売・卸売・サービス・その他		受講料 計	円

※ご記入いただいた情報は、商工会議所からの各種連絡・情報提供のために利用するほか、セミナー参加者の実態調査・分析のために利用します。