



＜9月22日 ビギナーズ研修のご案内＞

■研修テーマ：セルフマネジメント②

目的：「自分がどうしたいのか、どうありたいのか、どうなりたいのか」を軸に、自分の能力を最大限に発揮できるよう常に体と心を心地よい状態に維持しながら自分の目標達成と自己実現に向けて行動できる

- 目標：1. 自分の自己肯定感について知る
2. 自分の強みを3つ挙げる
3. 目標達成に向けた取り組み方からできそうなことを3つ挙げる
- 1) 目標設定
 - 2) 時間管理
 - 3) スケジューリング

■開催時間 13：30～17：00

■開催場所 看護部研修室／SSSL

事前課題

なし

持参物

6月30日セルフマネジメント①で使用した以下資料

- ・講義資料
- ・個人ワークの資料

□集合場所

研修支援者：12時30分に看護部研修室集合

25期リーダー・サブリーダー：13時10分に看護部研修室集合

その他25期：研修開始時間までに看護部研修室集合

共に楽しく学び合いましょう！

それでは、当日お会いできるのを楽しみにしています☆

9月 研修担当者一同