

交流分析 エゴグラムセミナー

社会生活の中で“**人間関係の悩み**”は尽きません。

本セミナーでは、「**交流分析**」の考え方を使って、
“**人間関係を築くクセ**”を知り、人との関わり方を
改善していくマインドを身に付けることを目指します。

実際に分析ツールの「**エゴグラム**」を行い、
心のエネルギーのバランスを可視化します。

まずは“**自分自身を知る**”ことから始めてみませんか？

開催

2026年10月16日(金) 13:30～15:30

講師

ジョブカフェ信州 就業支援地域アドバイザー

檀原 美佐子 氏 (キャリアコンサルタント)

対象

44歳以下の求職者

定員

10名

申込締切

10月13日(火)

参加費

無料

場所

もんぜんぷら座8階801会議室

参加するには事前のお申込みが必要です。ホームページ、または電話にて
ジョブカフェ信州長野分室受付窓口へお申込みください。

〒380-0835 長野市新田町1485-1 もんぜんぷら座4階

【電話】026-228-0320 【FAX】026-228-0360

【E-mail】jobcafe-shinshu@pref.nagano.lg.jp



ホームページ



X (旧Twitter)

※災害等のやむを得ない事情により開催を延期または中止する場合があります。

※このセミナーは雇用保険受給中の求職活動実績となりますので、受講証明が必要な方は雇用保険受給資格者証をお持ちください。

※もんぜんぷら座指定のToiGO(トイゴ)パーキングをご利用の参加者には2時間まで100円/hの補助がありますので駐車券をお持ちください。