



セミナーGO!

東京都

東京しごとセンター  
ヤングコーナー

……就活に効く、感情コントロール力……

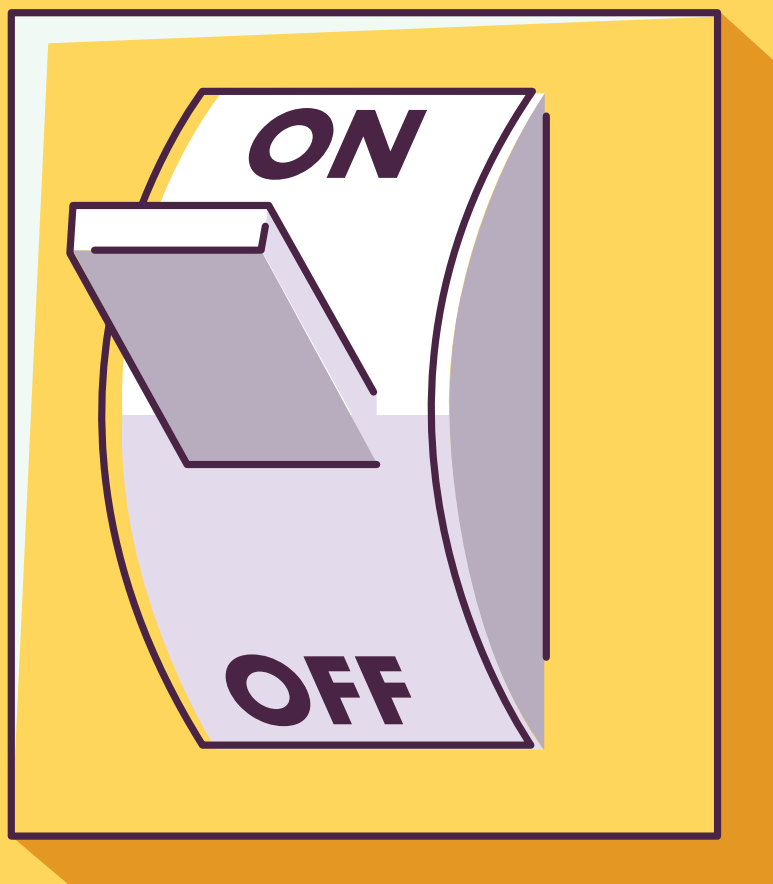
# 感情を切り替える 実践トレーニング

October 2026

10/28(水)

14:00~16:00

受付13:30~14:00



就活の不安、考えすぎちゃう人へ。  
心理学をベースに、思考と感情を  
ポジティブに切り替えるトレーニング。  
面接でも”いつもの自分”で話せる。



講師

乾 英彰氏

(いぬい ひであき)

国家資格キャリアコンサルタント  
NLPマスタープラクティショナー  
(米国NLP協会・日本NLP能力開発協会認定)  
メンタルケアスペシャリスト

- ミニ診断ワーク「自分の考え方のクセ」
- 感情を切り替える心理学
- 例題で実践トレーニング! やってみよう感情・思考チェンジ
- 就活あるある感情切り替えワーク

受付開始: 10月7日(水)~

会場: TKPガーデンシティ渋谷1F ホールA

〒150-0002 東京都渋谷区渋谷2-22-3 渋谷東口ビル 1F

定員 40名 服装自由 参加無料

対象 34歳以下の方(学生可)

持ち物 筆記用具、しごとセンターカード ★初めてのの方は、当日会場にて登録を受け付けます。

●アクセス

JR渋谷駅東口より徒歩2分



■お申込み・お問合せ

東京しごとセンター3階ヤングコーナー

☎ 03-5211-6351

[受付時間] 平日: 午前9時~午後8時 土曜: 午前9時~午後5時



※日曜、祝日及び年末年始(12/29~1/3)休業  
※お申込みをキャンセルされる場合は、前日までに電話での連絡をお願いします。  
※災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。  
なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

Web申込みは  
24時間  
受付