

貴社・貴団体に
研修講師を派遣
いたします。

NOMA講師紹介シリーズ 松前 葉子 講師

ハラスメント防止研修・ストレスマネジメント研修 アンガーマネジメント研修 ご案内

デジタル社会の現代において、コミュニケーション能力は重要視されています。人間関係においても、ストレスにおいても、大切なことは自分にも相手にも“コミュニケーション”です。その技術をNLP（神経言語プログラミング）をはじめとした心理学をベースに、座学だけではなく、演習も加えながらの研修は、すぐさま実践につながります。学びを通し、気づくことで、自分の変化を多いに感じることでしよう。新人のフォローアップ、キャリアアップ、ハラスメント防止、ストレス・マネジメントなど、カウンセラーとしての目線を通し、受講生の行動と意識の変容につながる“伝える”“聴く”“向き合う”スキルをしっかりとお伝えします。受講生の「きっかけづくり」と「モチベーションアップ」、そして「今の自分に必要なこと」を大事にしなが、学ぶ楽しさと気づくことからの変化をお伝えします。

NOMAの研修は・・・

- ・講師の巧みな講義により、コミュニケーションの重要性をしっかりと認識できます。
- ・演習も含めたすすめ方により、すぐ実践できる技術を確実に体得します。
- ・共感できる講義姿勢が持続的な意識向上をもたらします。
- ・業種、職種に合わせたアレンジプログラムで、研修効果をより一層高めます。

研修プログラムは
裏面をご覧ください

必要事項を記入の上、FAXにてご返信下さい。 **FAX 011-241-7468** (TELでのお問い合わせ 011-241-7500)

- 研修を検討しているので詳細について聞きたい その他の研修を企画しているので詳細について聞きたい
- 研修費用について知りたい

団体名	所属 部署		
お名前	TEL	FAX	
住所	社(職) 員		名

※上記宛名ラベル記載団体名・住所に変更がある場合は、お知らせください。

講師プロフィール



松前 葉子 一般社団法人日本経営協会 講師 / 株式会社 シードプロ 代表取締役

米国NLP (TM) 協会 認定トレーナー/一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会認定 アンガーマネジメントファシリテーター (TM) / 一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会認定 アンガーマネジメントキッズインストラクター (TM) / 一般社団法人日本ビジネスコミュニカ士協会 ビジネスコミュニカ士/日本実務能力開発協会 認定コーチ

北海道出身 昭和50年1月生まれ。アメリカ Northampton College (一般教養学・心理学専攻) 卒業後、大手マスコミ・プロモーション企業にて勤務。女性初の支社長として、15年支社運営に携わる。その後独立をし、カウンセラー・講師としての活動に専念。官公庁、企業、各種団体に対し、心理学をベースにした「コミュニケーション能力研修」「キャリアアップ研修」「ストレス・マネジメント研修」などを実施。パワフルで感情豊かでありながらも、受容と共感をもちながらの研修・講演が人気。

●お申し込み・お問い合わせは・・・

一般社団法人 日本経営協会 北海道本部

〒060-0003 札幌市中央区北3条西3丁目1 札幌北三条ビル

TEL 011-241-7500 FAX 011-241-7468

E-mail hkd@noma.or.jp URL http://www.noma.or.jp

※ご記入いただいた情報は以下の目的に使用させていただきます。

①ご照会いただいた事項についてのご連絡 ②その他の研修・公開セミナーについてのご案内 なお、②が不要の場合は□にチェックしてください。 □不要

ハラスメント防止研修プログラム

ねらい

- ハラスメントについて理解する
- ハラスメント防止を目指す
- ハラスメントのない職場につなげる

定員：要相談

1. ハラスメントについて	・ハラスメントとは ・ハラスメントの原因
2. 各ハラスメントについて	・セクシャル・ハラスメントについて（定義・分類・原因・背景） ・パワー・ハラスメントについて（定義・行為類型） / ・ジェンダー・ハラスメントについて ・その他のハラスメントについて（例：セカンド・ハラスメント、マタニティ・ハラスメントなど）
3. 職場のハラスメントについて考える	・セクシャル・ハラスメントとパワー・ハラスメント加害者になりやすい度チェック ・職場のハラスメントについて考える（討論・演習） ・ハラスメントの現状 / ・ハラスメントのグレーゾーンについて（原因・判断基準・討論・演習）
4. ハラスメントのない職場とは	・セカンド・ハラスメントにならないために ・加害者にならないために ・ハラスメントに関する相談をされた場合（傾聴などについて）

ストレスマネジメント研修プログラム

ねらい

- ストレスを理解する
- ストレスパターンを習得する
- ストレス対処法を習得する

定員：要相談

1. ストレスとは	・ストレスとは何か ・ストレスが及ぼす身体面・心理面での影響 ・ストレスの種類
2. ストレスパターンを知る	・自分のストレスパターンをチェック ・各ストレスタイプの対処法
3. 自分のストレスのクセ	・自分の考え方や受け取り方のクセを知る ・自分の価値観・信念とは
4. ストレス対処法	・感情のコントロール法 ・自分の考え方や受け取り方の変容

アンガーマネジメント研修プログラム

ねらい

- アンガーマネジメントの知識とスキルを土台に、ミスやロスのないコミュニケーション力を身に付ける
- 苦手な相手ともスムーズなコミュニケーションが行えるスキルを見につける
- NLP、アサーティブの実践的を見につける

定員：要相談

1. アンガーマネジメントの基礎	・イライラの原因 ～ 認知 ・イライラ傾向チェック ・イライラ削減法
2. 心理学をベースとした他者との関わり方	・コミュニケーションの原則原理 ・相手の心理と自分の心理
3. コミュニケーションスキル・向上実習	・NLP ・アサーティブ

各コースとも、講師を貴社（団体）に派遣いたします。ご要望に応じて、講演スタイルから7～14時間程度の対面・非対面研修まで、内容のアレンジも可能です。ご不明な点等ございましたら、下記までお問い合わせ下さい。

一般社団法人日本経営協会（NOMA）とは……昭和24年、通商産業省（現経済産業省）所管の公益法人として設立。「経営の活性化」、「情報化の推進」、「人材開発」を中心に全国で事業展開を行っております。

●お申し込み・お問い合わせは・・・

一般社団法人 日本経営協会 北海道本部

〒060-0003 札幌市中央区北3条西3丁目1 札幌北三条ビル
TEL 011-241-7500 FAX 011-241-7468
E-mail hkd@noma.or.jp URL <http://www.noma.or.jp>