

リセットマネジメントでハツラツとした職場をつくる

～忙殺脳が仕事と身体を台無しにする～

2014年 5月29日(木)15:00 - 17:30 イマージョンセミナールーム (九段下)

相手ではなく、自分自身を変えるリセットマネジメント術

セミナー
概要

●セミナーの概要

今日のストレス社会で働く人にとって、ストレスを感じずに仕事を行うことは不可能となっています。しかし日々ストレスを蓄積していくことは、体の不調をきたすとともに心身ともに負荷がかかります。本セミナーでは、マネジャーと一般社員の両面から「リセットマネジメント」でハツラツとした職場・個人に変える方法をご紹介します。

●セミナーの主旨・内容

組織で成果を上げ続けるには仕事の知識や技能といった「技」だけではなく、「心」と「体」の健康も大切です。現代はストレス社会と言われますがストレスを無くすことは不可能です。むしろストレスと上手につきあう方法が必要です。仕事が複雑だったり、忙しい状態に長く身を置いていると、自分でも気がつかないうちに、心や体に負荷がかかっています。職場の人間関係、とりわけ上司との相性がストレス要因になることもあります。相手を変えようとするともストレスはかえって増大します。自分が変わることがポイントです。

ストレスがあっても上手にリセットしてパフォーマンスにつなげていく方法を身につけていきましょう。

第一部 【マネジャー向け】ハツラツとした職場づくりマネジメント

1. 健康な職場作りのリセットマネジメント
2. 部下の様々なタイプとコミュニケーションポイント
3. パフォーマンスをさらに引き上げるコミュニケーション

第二部 【若手・中堅向け】ハツラツと働く力を向上する

1. リセットマネジメントとは
2. リセットマネジメントがもたらす効果
3. 上司のタイプと上手なコミュニケーション

●受講のメリット

このセミナーでは、ハツラツとした職場作りのための「リセットマネジメント」についての情報・手法の概要を学ぶことができます。

- ・ハツラツとした職場・個人に変えるための「リセットマネジメント」
- ・マネジャー/一般社員へのアプローチによる、ハラスメントをださない・ならない職場作りの手法

特長

産業医等によるありきたりなストレスマネジメントではなく、ビジネス経験をもとにしたより実践的な内容をインタラクティブにお伝えします。元気になる講座です。

講師

●担当講師1 株式会社イマージョン シニアコンサルタント 伊藤弘子

国内大手コンサルタント会社に25年間勤務。アメリカにて心理学を活用した能力開発やチームデベロップメントを2年間研究し、その後企業内トレーナーの育成も担当する。

専門分野は、パートナーシップおよびチームのマネジメント、メンタルヘルスマネジメント。

主に大手企業にコンサルテーションとチームづくり、ファシリテーション研修など、多数実施。



対象者

(少人数制)

●企業経営者、経営企画、企業人事、労働組合幹部の方を対象としています。

※本セミナーは企業のお客様が対象です。個人および同業はお断りすることがございますので予めご了承ください。

参加費

事前申込無料(先着順) 当日参加(空席のある場合) 3,000円(税込)

*お申し込み後、eメールにて受講票を送付いたします。

お申込みと詳細はWebで

<http://immersion.co.jp/0529>

本セミナーに関するお問合せ

Email: seminar@immersion.co.jp

Tel: 03-6380-9658 (セミナー事務局)

リセットマネジメントでハツラツとした職場をつくる

～忙殺脳が仕事と身体を台無しにする～

会場：(株)イマージョン セミナールーム 〒102-0073 東京都千代田区九段北1-15-15 瑞鳥ビル2F

セミナー会場（イマージョンセミナールーム）ご案内

《交通アクセス》

東京メトロ

東西線・半蔵門線、都営新宿線

「九段下」駅 1番出口 徒歩2分

〒102-0073

東京都千代田区九段北1-15-15

瑞鳥ビル2F Tel:03-6380-9658



セミナーの
お申込み・お問合せ
詳細はWebで

<http://immersion.co.jp/0529>

FAXにてお申込みの方は以下をご記入の上 FAX 03-6380-9718 にご送信ください。

FAX 03-6380-9718



株式
会社

イマージョン

<人と組織の活性化セミナー vol.8>

リセットマネジメントでハツラツとした職場・個人に変わる方法

《FAXお申込み用 フォーム》 下記 必要事項をご記入のうえ、お申込みください。

貴社名	
住所	〒
部署名	
ご芳名	
連絡先Email	
連絡先TEL	電話： FAX：

- ・Fax受信後に事務局よりご連絡いたします。2営業日以内に連絡がない場合はお手数ですが当セミナー事務局宛 一報ください。
 - ・個人情報の取扱いについて：ご提供いただいた個人情報は、ご本人の同意を得ず第三者へ提供することはありません。その他の個人情報保護方針は弊社Webをご参照ください。 <http://immersion.co.jp/article.php/category07-01>
- 本セミナーに関するお問合せ Email: seminar@immersion.co.jp Tel: 03-6380-9658 セミナー事務局