

### ③：アンダーリスクマネジメント研修

適切な感情表現、感情のコントロールを目的とした研修

	テーマ	概要
1	感情とは	感情についての理解・表現のリスクについての理解を深める
2	自己主張のタイプ	他者への関わり方・自己主張のタイプを知り、健全な自己表現を身につける
3	自分の感情にフォーカス	感情をコントロールするための準備と対応法を身につける
4	他者の怒りへの対処	他者から怒りをぶつけられたときの対処法を身につけ、感情のコントロールを習得する

	特典	概要	時間
A	事前研修及び面談	参加対象者に対してタイプ診断と事前研修実施後日、診断結果をもとに責任者との面談	1,0時間×各1回：計2,0時間
B	課題のフィードバック 質疑応答	研修参加者に対し 課題へのフィードバックや質問への応答	1,5時間×どちらか1回 ：計1,5時間
C	管理者への面談	管理者に対しての面談 現状確認や修正確認などを実施	
D	個別カウンセリング	個別にカウンセリングを実施	1,0時間×2回：計2,0時間

期間中

A+( B or C )+D

の計5,5時間を含みます

料金： ¥100,000- × 4回 = ¥400,000- (税込、交通費別)