ストレスコントロールと情緒管理（中国語）

深セン：2020年10月15日（木）13:30～17:30

広州：2020年10月16日（金）13:30～17:30

主催：英創安衆企業管理諮詢（深セン）有限公司

深セン市福田区深南大道和金田路交差点 金地中心2106室

広州市天河区天河路230号万菱国際中心4002-04室

○ 特徴

基礎知識、事例の分析などを通じて、仕事のストレスに向き合う方法を学んでいただき、ストレス・情緒管理能力を向上させます。また経験の共有と討論を通じて、仕事のストレスと情緒をモチベーションに転換する方法を学んでいただきます。

○ 内容

Ⅰ EQを知る
・EQとは何か
・EQセルフテスト
・EQに関する問題
・ABCストレスと情緒管理

Ⅱ 仕事におけるストレスと心理的問題
・職場におけるストレスと心理的な問題の出所
・仕事でよくある心理的ストレスとは
・ストレスと仕事の共存
・ストレスが業務に与える心理的影響

Ⅲ 直面するストレスと心理的な問題
・現在直面している問題と現状
・ストレスと心理的な問題の関連性
・如何にこれらのストレスと心理的な問題に向き合うか

Ⅳ 仕事におけるストレス管理を構築する
・悪い心理状態が管理にもたらす障害と影響
・心理的ストレスと処理方法を知る
・自身のストレス管理の構築

○ 対象者：管理職、管理職候補

○ 講師：林立群

英創安衆企業管理諮詢（上海）有限公司
首席講師

講師として15年以上の経験を持ち、中国系・欧米系・日系、合計150社以上に対し、欧米にて開発されたグローバルプログラムを用いた管理職向けの研修を導入している。より実践に近い研修を信条としており、生徒参加型の研修が基本。

申込書

本申込用紙に必要事項をご記入の上
Email: infosz@anchor-hrm.com.cn にてお申込みください
（担当：インテリジェンスアンカー深セン　Ms.符）

○ 費用：1,500元/人（ 6%増値税込み）

※弊社人事労務コンサルティング会員の方には1,200元/名にてご案内させて頂きます。

貴社名（発票宛名）				
参加者氏名	**性別**	**役職**	**E-mail**	**電話番号**
支払方法	□銀行振込 □会員様無料		振込銀行：招商银行深圳中央商务支行 口座番号：817682070510001 振込口座名:英创安众企业管理咨询（深圳）有限公司	
発票種類	□ 普通発票　□ 増値税専用発票（還付率6%） ※増値税発票が必要な場合、増値税専用発票の発行に必要となる項目をご提供ください。			

※人数多数の場合は先着20名様とさせていただきます。
※お問合せ先：　符（ふ）（日本語可）　　020-3835-0377（Ext.124）