

ららぽーとが提供する「自己理解と人材育成」のための研修

10月の研修のご案内

少人数でのワークショップ型のセミナーですので、
より効果が期待できます。是非ご利用ください！



☆場所：ららぽーとミーティングルーム 定員：12名
(熊本市中央区南坪井町 4-23MTビル 4F)

※先着順です。前日まで受け付けますが、定員になり次第、締め切らせていただきます

【講師】(株)ららぽーと 代表取締役 堀川 香代

産業カウンセラー、ヒューマントレーナー 発達検査実施者
人材育成コンサルタント ストレスチェックサポーター

※メンタルダウンしたクライアントに対して、個別のカウンセリングを行う傍ら、心療内科や企業などでコミュニケーションレッスンやメンタルヘルス研修などを行う。また、企業に対し、社員への具体的対応の仕方や育成方法などのコンサルティングを行う

No.	月日	時間	テーマ (期待できる効果)	料金	○または 人数
10	10/3 (火)	13:30~ 17:00 (3.5h)	どう対応したらいいかわからない社員への対応～発達特性による理解と具体的対応～	4500	
1	10/10 (火)	10:00~ 12:00 (2h)	アンガーマネジメント (怒りとうまくつきあうために①～怒りの仕組み)	3500	
2		15:00~ 17:00 (2h)	傾聴力アップ (話の聴き方のスキルを身につける：基本編)	3500	
3		19:00~ 21:00 (2h)	ストレスマネジメント (ストレスタイプと対処法、セルフケアの仕方)	3500	
4	10/14 (土)	10:00~ 16:00 (5h)	アサーションスキル① (相手も自分も大切にする自己表現の仕方を学ぶ：基礎編)	7500	
5	10/17 (火)	10:00~ 12:00 (2h)	傾聴力アップ (話の聴き方のスキルを身につける：応用編)	3500	
6		13:30~ 17:00 (3.5h)	自分の考え方のクセを知り、幅を広げよう (現実に即した合理的な思考)	4500	
7		19:00~ 21:00 (2h)	雑談スキルアップ (雑談苦手を克服しよう)	3500	
8	10/21 (土)	10:00~ 16:00 (5h)	アサーションスキル② (相手も自分も大切にする自己表現の仕方を学ぶ：応用編)	7500	
9		18:30~ 20:30 (2h)	人間関係に生かす交流分析 (自我状態を分析～自分を知り他者を知る)	3500	
11	10/27 (金)	19:00~ 21:00 (2h)	アンガーマネジメント (怒りとうまくつきあうために②～対処策を考える)	3500	
12	10/31 (火)	13:30~ 17:00 (3.5h)	どう対応したらいいかわからない社員への対応～発達特性による理解と具体的対応～	4500	

◇お申し込みの流れ◇

用紙に記入後、FAX または、電話、メールにてお願いいたします

FAX:096-300-3469

事業所名			
所在地	〒	TEL	
		FAX	
フリガナ	メールアドレス		
氏名	@		

職場のストレスをマネジメントいたします

メンタルヘルスクアのこなら、私たちにお任せください！



株式会社ららぽーと TEL:096-245-6368 FAX:096-300-3469

熊本市中央区南坪井 4-23MTビル 4F e-mail : info@laraport.jp