

# ストレスマネジメント手法

～管理職、衛生管理者、人事担当者向け～

講師 <sup>やまぐち ひろし</sup> 山口 博 氏 モチベーションファクター(株)代表取締役  
人事・人材開発・組織開発コンサルタント

日時 2019年4月23日(火) 午後2時00分～午後5時00分

4月、5月は、環境変化に伴いストレスがたまりやすく、心身ともに体調を崩しやすい時期と言えます。新しいメンバーの加入により、転入者はもとより、転入者を受け入れる側にも負荷がかかりやすくなります。

本セミナーは、ストレスが発生しやすい状況を、自分のモチベーションファクター(意欲が高まりやすい要素)と相手のモチベーションファクターの不一致、自分モチベーションファクターと業務のモチベーションファクターとの不一致ととらえ、相手や業務のモチベーションファクターを見極めて、不一致の場合の対処方法を修得するためのプログラムです。

過去の受講者からは、「漠然と感じていたストレスの原因を発見できた」「ストレスを解消するための具体的な方法がわかった」「実際に試してみて、ストレスが格段に減少した」「ストレス解消だけでなく、他のメンバーと気持ちよく仕事をしていくためのコツがわかった」というフィードバックを得ている、ストレス解消に実際に役立つプログラムです。

衛生管理者、人事担当者の方々だけでなく、管理職の方々、ひいては、ストレスを感じているビジネスパーソンの方々向けのプログラムです。

## 1. ストレスとの原因

- ・自分のモチベーションファクターと相手のモチベーションファクターの不一致
- ・自分のモチベーションファクターと業務のモチベーションファクターの不一致

## 2. 自分と相手のモチベーションファクターの見極め手法

- ・自分のモチベーションファクターの見極め手法
- ・相手のモチベーションファクターの見極め手法
- ・自分と相手のモチベーションファクターのギャップ分析

## 3. 業務に必要なモチベーションファクター見極め手法

- ・業務のモチベーションファクターの見極め
- ・自分と業務のモチベーションファクターのギャップ分析

## 4. モチベーションファクターが不一致の場合の対処方法

- ・自分と相手のモチベーションファクターが不一致の場合の対処方法
- ・自分と業務のモチベーションファクターが不一致の場合の対処方法

～質疑応答～

【講師略歴】国内外金融・IT・製造企業で人材開発部長、人事部長歴任後、PwC/KPMG コンサルティング各ディレクターを経て現職。横浜国立大学大学院非常勤講師。日経ビジネスオンライン「エグゼクティブ 10 分間トレーニング」、ダイヤモンドオンライン「トンデモ人事部が会社を壊す」、ハーバービジネスオンライン「分解スキル・反復演習が人生を変える」などを連載。主な著書に『チームを動かすファシリテーションのドリル』(扶桑社)、『クライアントを惹き付けるモチベーションファクター・トレーニング』(金融財政事情研究会)、『99%の人が気づいていないビジネスカアップの基本』(講談社)、『ビジネススキル急上昇日めくりドリル』(扶桑社)。慶應義塾大学法学部卒、サンパウロ大学法学部留学、日本ナレッジマネジメント学会会員。

※ 録音・ビデオ撮影はご遠慮下さい。

■主催 経営調査研究会  
■後援 金融財務研究会

https://www.kinyu.co.jp

Facebook : <https://www.facebook.com/keichoken>

Twitter : <https://twitter.com/#!/keichoken>

Blog : <https://kinyu.co.jp/blog/>



開催日

2019年4月23日(火)  
14:00~17:00

会場

茅場町・グリーンヒルビル  
金融財務研究会本社 セミナールーム  
東京都中央区日本橋茅場町 1-10-8  
TEL 03-5651-2030  
地下鉄東西線・日比谷線 茅場町駅  
6番出口より徒歩1分  
(開場は開演の30分前です。)

参加費

1名につき34,300円  
(消費税、参考資料を含む)  
1社2名以上同時に参加お申込みいた  
だいた場合、お2人目から1名につき29,000円。追加申込みの場合は  
その旨ご記入下さい。

申込先

経営調査研究会 ホームページ <https://www.kinyu.co.jp/>  
〒103-0025 東京都中央区日本橋茅場町 1-10-8 グリーンヒルビル  
TEL 03-5651-2033 FAX 03-5695-8005

申込方法

ファックス又は郵便にて参加申込書をお送り下さい。上記ホームページの申込欄  
からもお申しいただけます。折り返し、受講証と請求書を郵送致します。参加費は下  
記の普通預金口座に開催日前日までにお振込み下さい。(但し経理の都合等で間  
合わない場合は、ご連絡いただければお待ちいたします。)参加費の払戻しは致し  
ませんので申し込まれた方がご都合の悪い時は代理の方がご出席下さい。又当日ご  
参加になれなかった場合、当社および金融財務研究会主催の他のセミナーに無料  
でご出席いただけます。(但し新しいセミナーの参加費との差額が2,000円以上の時  
は差額をお支払いいただきます。また、振替は1年以内にお願いたします。)  
ご記入いただきました個人情報、当社および関係会社の受講者名簿の整備や今後開催される  
セミナーのご案内等に使用します。

振込口座

普通預金 口座名 (株)経営調査研究会

三菱UFJ銀行 八重洲通支店 0602180 三井住友銀行 東京中央支店 3207281  
みずほ銀行 京橋支店 1813877 三菱UFJ信託銀行 日本橋支店 1979947

----- 切らずにこのままお送り下さい -----

FAX 03-5695-8005

ストレスマネジメント手法

4 / 23

### ◆参加申込書◆

2019年 月 日

ご連絡・講師へのご質問等ご記入下さい

*セミナーコード* 0757 (Mgt-k190757)	会社名	TEL FAX	
	所在地	E-Mail 〒	
	参加者ご氏名	部課名	
	〃	〃	
	〃	〃	
	〃	〃	
	書類送付先 (同上の場合記入不要)	ご担当者 TEL	部課名 FAX

お申込の翌日には「受講証・請求書」を発送しておりますが、お手元に届かない場合は、弊社までご連絡下さい。