

EQを学び、より良い人間関係を育もう！

社会人
向け

3時間でEQが学べる EQ自己理解セミナー

「自分はどのように感情をマネジメントしているのか？」
「自分の感情マネジメントのクセが、自分や周囲にどのような影響を与えているか？」

2019年2月21日(木)

時間：13時30分～16時30分
場所：板橋区立企業活性化センター
東京都板橋区舟渡1丁目13番10号
アイ・タワー2F（JR埼京線 浮間舟渡駅徒歩3分）
参加費：10,000円（税込）
EQ検査、ワークシート付

主催：株式会社ラーニングスクエア



EQとは「感情をマネジメントする力」

「自分はどのように感情をマネジメントしているのか？」「自分の感情マネジメントのクセが、自分や周囲にどのような影響を与えているか？」を自己理解し、さらにEQを高める方法を学び、自分も周囲も元気になることを目指します！

豊富なワークで普段意識することの少ないEQを実感。体感しながらEQとは何かを学びます！

そして、EQ検査を通して、あなたの強みや課題を再発見。より良い人間関係を育むために、もっと自分らしさを活かし、自分も周囲も元気になる解決の糸口を持ち帰りましょう！

職場の人間関係を良くしたい、周囲ともっと良好な関係を築きたい方にオススメの研修です。

個人で参加できる公開型の研修をお探しの法人様にもオススメです。

詳しくは裏面をご覧ください

EQを学び、より良い人間関係を育もう！ 「3時間でEQが学べるEQ自己理解セミナー」

社会人
すべての方に
オススメ

あなたの感情マネジメントは？

EQとは「感情をマネジメントする力」

「自分はどのように感情をマネジメントしているのか？」

「自分の感情マネジメントのクセが、自分や周囲にどのような影響を与えているか？」

自己理解し、さらにEQを高める方法を学び、自分も周囲も元気になることを目指します！

研修内容

第一部 EQを知る～職場の感情とEQの働き

- ・職場の感情とその影響
- ・職場風土、人間関係、コミュニケーションを良好にするEQとは
- ・EQ体感ワークショップ

第二部 EQで気づく～EQ検査を使った自己理解

- ・より良い人間関係を育むために求められるEQとは
- ・EQ自己理解ワークショップ
- ・感情のクセと自分の可能性を見つめる～こころのスイッチを探る

第三部 EQを鍛える～EQは伸ばす

- ・EQ能力開発手法とは
- ・ありたい姿に向けたEQ能力アップワークショップ
- ・MyVision！



EQ検査

日本で25万人以上が受検している
EQ検査をwebで事前に受検します。

このような方におすすめ

➡販売職の方、対人援助職の方、エンジニアの方、管理職・マネージャー・リーダー（候補含む）

➡より良い人間関係を育みたい方

➡個人受講できる管理職・リーダー研修を検討中の法人様にもオススメ

期待効果

- より良い人間関係を育むためのポイントがつかめる
- 自分の強みと課題が見える
- 周囲を明るくするコツがつかめる
- 自分に合ったコミュニケーション・仕事のスタイルがわかる
- 自分を変えるためのカンタンなアクションがわかる

詳細・お申込みはWEBへ

<http://learning2.co.jp>