

感情能力の高め方100

EQがあなたの人生を変える

自分の感情の状態を可視化し適切にコントロールする能力、「EQ」。
ストレスフルな時代、すべての人におすすめしたい一冊です。

**【感情的に乱れる時、その人の自己感情は
アンコントロールラブルな状態になっている!?!】**

理由はわからないけれども、なにかイライラしていたり、不安な気持ちになったりすることや、そうしている人を見かけること、あると思います。

また、昨今ではコミュニケーションが希薄となり、特に若い世代を中心にうつ病が増え、就職してもすぐに辞めてしまうケースも多いといえます。メンタルケアは、大企業においても大きな課題となっているそうです。

この課題解決法として注目されているのが、自己をよく知ることによって価値(内面に潜む能力)を生み出し、対人力や社会性を高めるためのベースとなる能力、「EQ」です。EQ(=感情能力)とは、「自分と相手の感情を把握し、その場の状況に応じて適切に感情をコントロールして、思考や行動を導く能力」で、全ての人にとって大切な概念であると著者は言います。

本書は著者が26年間・45万人以上に実践した知見を基に、EQの基礎となる考え方をわかりやすく解説。ビジネスパーソンだけでなく老若男女、全ての人が自分の感情と向き合い、EQを高めるためのまったく新しい指南書です。

悩まれている方、多いと考えます。
ぜひ、ご展開くださいませ。



著者略歴

加来 勝正(かく かつまさ)

ジャパンラーニング株式会社代表取締役社長。

早稲田大学卒業後、株式会社日本リクルートセンター(現・株式会社リクルート)入社。映像事業部にて企業内教育ソフトのマーケティングとコンテンツ開発を担当。リクルート社のセールス教育の基礎を構築する。営業課長、企画課長を経て、グローバル教育の責任者として海外事業を立ち上げる。日本IBMや富士ゼロックスといった大手ITメーカーの教育コンサルタント/プロデューサーとしても大きな実績を上げる。

1996年ジャパンラーニング株式会社を設立。「ソフトコンピタンス」をテーマに多くの教育案件を手掛け、EQを大手企業から全国の中小零細企業に届けることを目標に日々活動している。

貴店印・帳合

ご注文数

感情能力の高め方100

EQがあなたの人生を変える

加来 勝正/著

定価：1,760円(10%税込)

ISBN978-4-910739-07-6

発売日：2022年9月13日

四六判並製/240頁

PHPエディターズ・グループ

ご担当

様

冊

発行

PHPエディターズ・グループ

〒135-0061

東京都江東区豊洲5-6-52 11階

☎ 03-6204-2931

FAX 03-6204-2932

ご注文はJRCへ▶▶▶ FAX 03-3294-2177

※返品条件付き注文扱い
すべての取次への出荷が可能です。