

# チャージワーク

人と接する時になんだか苦手だなと思う瞬間、  
人からの評価にどこか身構えてしまう瞬間、・・・ありませんか。  
人前で自分の意見や嫌だとはっきり伝えられないと思うこと、  
どうしても自分に自信が持てないと思うこと、  
・・・ありますよね。

全くコミュニケーションが苦手なわけではないのに、  
何だかそれがうまく機能していないような気がする。。と思う方、

当研究所で少し、コミュニケーション力を  
チャージしてみませんか？

## 【概要】

日にち：毎週 月曜日 (8/22、8/29、9/5) 全3回シリーズ

時間：13:30～15:30 (約120分)



**申し込み方法：** 申込書に書かれている必要事項をメールにてお送り下さい。記載されました連絡先へ申し込み完了の連絡を致します。希望される方には、個人カウンセリングもワーク期間中セット料金で行うことが可能です。

例) 月曜日にチャージワークをし、他曜日に30分の個人カウンセリングを行うということです。  
カウンセリング料金は、1回2000円です。

**場所：** 株式会社 みどりトータル・ヘルス研究所内

**料金：** 1回 **3000円** (毎回終了時に現金でお支払ください)

※当日キャンセルは当研究所の規定通り、料金の半額分をいただくこととなりますのでご了承下さい。

**参加者：** 最大6名 (全回参加可能な方より先着順です。定員に達しましたら締め切らせていただきます)

※臨床心理士1名が担当します (内容によっては、当研究所のスタッフがサブで参加する場合があります)

# 参加申込書

このチャージワークでは、人との関係を築く中で、特に他者からの反応をネガティブに捉えてしまう傾向の強い方に参加していただき、他者からの反応に対して落ち込んだり、イライラしたり、傷つかないような自分に近づけるようなグループワークを考えています。

※以下の項目を記載し、右記アドレスまでお送り下さい ⇒ [staff@midori-th.com](mailto:staff@midori-th.com)

①申し込み日：H28年 月 日

②氏名： (ふりがな： )

③年齢： 歳

④性別： 男性 ・ 女性

⑤連絡先：メールアドレス (お間違いないように)

⑥コミュニケーションを行う中でどんなことが一番苦手だと感じますか

(簡単に結構です)

※何かお聞きになりたいことなどございましたら、お電話にてお問い合わせ下さい

※申し込み日より3日経っても申し込み完了のメールが届かない場合は、申し訳ございませんが、お電話にてお問い合わせ下さい

【チャージワークに関するお問い合わせ先】  
株式会社 みどりトータル・ヘルス研究所

受付時間：平日9：30-17：30

Tel：06-6203-2410

担当：猪澤（いざわ）

