

イライラしない怒りのコントロール術 アンガーマネジメント 入門講座

宇都宮開催



■ごあんない

アンガーマネジメントとは、1970年代にアメリカで始まったアンガー（イライラ、怒りの感情）をマネジメント（上手に付き合う）ための心理教育です。

アメリカでは、ビジネスパーソン、政治家、弁護士、医師、スポーツ選手、俳優や、職業にとらわれず、実に様々な人達が、よりよい生活や仕事・人間関係を手に入れるために技術を取得し、「アンガーマネジメント」をしています。

社長、部長、マネージャー・・・！あなたは部下を正しく「叱れて」いますか？

ただ、自分の価値観を押し付けて「怒る」ことで、組織内のコミュニケーションが上手くとれなくなってしまうことはありませんか？経営者・管理者の「本当に伝えたいこと」を正確に伝えることで、組織内のコミュニケーションの無駄をなくし、より強い組織を作るのが、中小企業向けアンガーマネジメントです。

一緒にアンガーマネジメントしませんか？

■講座内容

STEP 1. 怒ってはダメなの？

STEP 2. 問題となる4つの怒り

STEP 3. アンガーマネジメント「コントロールする技術」を学ぶ

【日 時】 平成26年6月12日(木)

【日 時】 18:00～19:30 (受付 17:45)

【会 場】 とちぎ福祉プラザ 301号室

【定 員】 20名様

(お申し込み多数の場合は、事前に締切らせて頂きますので予めご了承下さい)

【対 象】 ・つい部下やお子さんに対して怒ってしまうことが多い方
・最近イライラしている自分が気になる方

【講 師】 松本 和子 税理士法人 あさひ 小山城南本部

経営支援人事労務研究所 有限会社

【受講料】 3,240円 (資料代・税込)

