

アンガーマネジメント活用術

◎アンガーマネジメントとは…

1970年に米国で始まったアンガー（イライラ、怒りの感情）をうまくコントロールするための心理教育です。

◆**対象** 管理職・ビジネスリーダー、人材育成担当者 又は、怒りの感情を上手くコントロールしたいと考えている方ならどなたでも。

◆**ねらい**

- ・職場で効率的に仕事を進めるために必要な感情コントロール法を理解する。
- ・怒りにまかせた行動で信頼を失わないために、自分の怒りパターンを把握する。
- ・部署間、社員間、世代間などにある価値観の違いを認識する。
- ・部下の成長を促す叱り方を理解する。
- ・ビジネスパーソンとしての信頼感を高めるコミュニケーションスキルを習得する。

【日時】平成29年11月7日（火） 13:00～17:00

【会場】道特会館 2階大会議室（札幌市中央区北2条西2丁目26番 仲通り東向き）

【参加費】特別会員様 5,400円 一般会員様 7,560円 非会員様 10,800円（全て税込、お一人様価格）

※参加費はお申込みと同時に振込み下さい。ご入金確認後、受講票を送付致します。

お振込先は別紙「申込書」にて。

【定員】30名（先着順。定員になり次第、締切。締切りはホームページにてお知らせいたします。）

【その他】事前に、Eメールにてこちらから個別にご案内する「アンガーマネジメント診断」をWEB上で受けていただき、診断結果をセミナー内でお渡しいたします。（診断内容は、日本アンガーマネジメント協会によるものです。診断料の2,160円は、参加費に含まれます。）

◆研修プログラム

1. アンガーマネジメントとは【講義】	<p>※前回参加者の声</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ズバリあてはまる事が多く驚いた。全てとても勉強になった。 ・人の器の大きさのズレに柔軟に対応し、今後は効果的な指導をしていきたい。 ・充実した内容で、他の社員にも受けさせたいと思いました。 ・自分の怒りのポイントを冷静に分析する事が出来た。また受講したい ・ワークも多く非常に為になった。怒りの対処法を自分なりに見つけられたと思います。
2. 怒りの感情を理解する 【講義・演習】	
3. 怒りの傾向を把握する 【講義】	
・アンガーマネジメント診断結果に基づき、自己の怒りの傾向と対策を確認する。	
4. 成果につなげるためのコミュニケーション【講義】	
（1）チーム力を高める価値観の「見える化」	
（2）部下の成長を促す叱り方	
5. 成果へのステップ	
・継続を力（スキル）に変えるためのポイント	



【講師紹介】岡本 真なみ 氏

北海道大学経済学部経営学科卒。在学中、ミス北海道に選出され、国内外に向けた北海道の観光PRに携わる。卒業後、外資系人材派遣会社人材育成部門にて、企業向け接遇マナーを担当し、接遇コンサルティングの経験を積む。これまでに、全国の金融機関、ホテル、コールセンターなどを対象とした接遇研修や顧客満足度調査を多数実施。

・日本アンガーマネジメント協会アンガーマネジメントシニアファシリテーター、“叱り方トレーナー”

【お問合せ】株式会社北海道二十一世紀総合研究所 北洋ビジネスクラブ事務局
札幌市中央区大通西3丁目11番地 TEL:011-231-2062/FAX:011-231-32
HP<<http://www.htri.co.jp>>