

お早めに

☆ご参加を心よりお待ちしております！お手数ですがご返信をお願いします。

群馬中小企業家同友会

「桐生支部オープン例会」のご案内

グループ討論は《いつでも悩みを相談し合える場》です。…一人で悩まず、「まずは例会へご参加を！」

テーマ 『アンガーマネジメント』

～怒りの仕組みを理解して感情を上手にコントロール～

【講師】コミュニケーションサポート 齋藤由起子 氏 (桐生支部)

みどり市在住。日本アンガーマネジメント協会認定ファシリテーター、コミュニケーションマナー研修講師、接遇研修講師、元日本航空国際線客室乗務員

ついつい強く怒りすぎてしまう。家族・部下・同僚・取引先にイライラする。怒りを溜め込んでしまい上手く出せない…。皆さんにもそんな経験ありますよね？

アンガー (anger) = 怒りや苛立ちの感情。衝動にまかせて怒りを爆発させるのではなく、上手にコントロールして適切な問題解決やコミュニケーションに結びつけることを「アンガーマネジメント」と言います。自分自身の怒りやイライラと向き合い、その要因や傾向を客観的に把握することで、衝動性が高まっても自分で抑制できるように習慣化するのがアンガーマネジメントでは重要です。職場の人間関係やトラブルを背景に企業からの注目が高まり、社員研修などへの導入も広がっています。

コミュニケーションサポート・齋藤氏が「アンガーマネジメント」をテーマに講義します。これができるとう仕事も人生もちよっとだけ楽になる!? ご期待ください！

お知り合いの経営者・青年経営者・後継者の方をお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

オブザーバー経営者の多数のご参加をお待ちしております！

●日時 **6月21日** (水) 18時30分受付 18時50分～21時 (予定)

●会場 **桐生プリオパレス** TEL; 0277-47-4122 桐生市堤町3-5-23

●参加費 **1,000円** (軽食付き) * 例会終了後、懇親会を予定! (参加費実費)

●申込先 群馬中小企業家同友会 事務局 ※お申し込みは6月19日(月)までに!

FAX;027-232-0666 TEL;027-232-0001

桐生支部・出欠席連絡表 (いずれかに○印)

● 6月21日開催「桐生支部6月例会」に…… ・出席します ・欠席します

※例会終了後の懇親会に…… ・出席します ・欠席します

■会社名

■氏名