

富岡支部 6 月例会のご案内

ゲスト参加歓迎！—あなたも同友会でいっしょに学びませんか？—

●テーマ

『話題のアンガーマネジメント入門』

～部下指導上手に出来ていますか？ストレスためていませんか？～



【報告者】 コミュニケーションサポート

齋藤由起子 氏

(桐生支部所属)

みどり市在住。
一般社団法人日本アンガーマネジメント協会認定コン
サルタント、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。

これができる则仕事も人生もちょっとだけ楽になる!? ご期待ください!

お知り合いの経営者や幹部社員、お誘い合わせの上、ぜひご参加ください!

◆日時：6月26日(火) 18時30分受付 19時開会～21時閉会

◆会場：ホテルアミューズ富岡 富岡245-1 TEL:0274-64-3636

◆参加費：無料 (※終了後の懇親会は実費)

● 6 / 26 「富岡支部 6 月例会」出欠連絡用紙 ●

※上記の富岡支部例会に → ・出席します ・欠席します

会社名 _____ 氏名 _____

会社名 _____ 氏名 _____

※お問い合わせ(同友会事務局) : TEL:027-232-0001 FAX:027-232-0666