

VIC-CLUB 特別セミナー



あなたは、こんなことを思ったことはありませんか？



- 『なんで部下にあんなにも怒ってしまったんだろう？』
- 『カチンときて、言ってしまったけど、言い過ぎたかな…』
- 『上司に理不尽な怒られ方をされてしまう。イライラするし、もうイヤだな』
- 『やるべきことがあるのに、イライラが止まらなくて全然集中できない』
- 『別に怒らなくても良かったのに、なんであのときイライラしてあんなことを言っちゃったんだろう？』
- 『怒りのコントロールの仕方がわからず、もう疲れちゃったな…』
- 『周りとの人間関係がどうもうまくいかない。自分がイライラしちゃって、きっとそれがコミュニケーションにも出てるかもしれないぁ…』

**こんな悩みを、“アンガーマネジメント”で
解消できます！！**

アンガーマネジメントとは

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。

アンガーマネジメントを学ぶ事によって、自分自身の怒りを理解し、コントロールしたり、癒したり、ポジティブなものへ変換させたり、自分の中でたくさんの変化が生まれ、感情がさらに豊かになり、職場での問題解決や、夫婦や友人、人間関係全般、自分の周りに関係するあらゆる物事に良い循環が生まれます。

VIC-CLUB 特別セミナー

詳細

【スケジュール】

- ・ 日時: 2012年9月26日(木) 14:00~17:00
 - ・ 場所: 弊社大手町セミナールーム
 - ・ 費用: 15,000円(1名)
- ※1 1社からの参加人数は3名まで
※2 VIC-CLUB会員の方は通常のお申込方法でもお申込み可

【内容】

- ① 怒りとは
 - ② アンガーマネジメントとは
 - ③ 怒りタイプ診断(返却及び解説)
- ※怒りタイプ診断については事前に受診していただきます

講師紹介



安藤 俊介 (あんどう しゅんすけ)

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 代表理事
アンガーマネジメントファシリテーター
ナショナルアンガーマネジメント協会公認 トレーニングプロフェッショナル

怒りの感情の専門家であるアンガーマネジメントの日本の第一人者。
イライラ、怒りの感情を魔法のように消しされると、そのノウハウが多数の雑誌、
新聞で紹介されています。

お申込み

以下に必要事項を記入の上、担当(中嶋/ナカジマ)宛にe-mail(onedayseminar@value-i.jp)
またはFAX(03-3261-4822)にて、お申し込みください。

貴社名			
ご住所	〒 -		
お申込者 ①	ご所属		(フリガナ)
	お役職		氏名
	TEL		E-mail
お申込者 ②	ご所属		(フリガナ)
	お役職		氏名
	TEL		E-mail
お申込者 ③	ご所属		(フリガナ)
	お役職		氏名
	TEL		E-mail