

～怒りの感情に振り回されず、組織の生産性を高めるために～ アンガーマネジメント 入門講座

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）をマネジメントする（上手に付き合う）ための心理教育です。怒りの感情との上手な付き合い方を学び、ストレスの軽減やパフォーマンス向上などのプラスの作用につなげるために、アンガーマネジメントを一緒に学んでみませんか？



開催概要

アンガーマネジメント 入門講座

- ・参加費 3,240円(テキスト代、消費税込)
- ・会場 インターテック・サーティフィケーション株式会社
東京事務所 7F会議室
〒103-0012東京都中央区日本橋堀留町1-4-2 日本橋Nビル7F
- ・時間 13:30～15:00(受付13:00～)
- ・開催日 ※下記よりご都合の良い日程をお選びください。

開催日	時間	備考
① 5月16日 (火)	13:30-15:00 (受付13:00～)	定員:各20名程度 テキスト類は弊社で準備致します。 当日は筆記用具をご持参ください。
② 7月12日 (水)		
③ 8月 9日 (水)		
④ 9月 6日 (水)		

【カリキュラム】

- アンガーマネジメントとは
 - ・アンガーマネジメントができるようになると
 - ・アンガーマネジメントに3つの暗号
 - ・怒りとは
 - ・問題となる4つの怒り
 - ・怒りは第二次感情
- 衝動のコントロール
 - ・怒りの感情のピークは？
- 怒りのボキャブラリー
- 私たちが怒らせるもの
 - ・私たちが怒らせるものの正体
 - ・怒る理由
- 思考のコントロール
 - ・「べき」の境界線
- 行動のコントロール
 - ・分かれ道
- 怒りの性質



お申込みは、次頁申込書に必要事項をご記入の上、FAXでお申込みください。
また弊社HP <http://ba.intertek-jpn.com/study/> からもお申込み頂けます。

お申込みは FAX 03-3669-7410

1. 【参加ご希望日にチェック✓をお入れ下さい。】

アンガーマネジメント 入門講座

	5/16(火)		7/12(水)		8/9(水)		9/6(水)
--	---------	--	---------	--	--------	--	--------

2. 【組織情報をご記入下さい】 (*印は必須)

* 貴社名							
* 所在地	〒						
* お名前 1				所属・役職			
* お名前 2				所属・役職			
* お名前 3				所属・役職			
* e-mail	@						
* TEL				* FAX			
* インターテックグループとの取引内容				<input type="checkbox"/> : なし <input type="checkbox"/> : あり→具体的に			

- ・お申込み頂いた後、お振込口座をお知らせします。
- ・定員になり次第、締切となりますので、予めご了承ください。
- ・当社都合により開催中止となる場合がございます。

講師：若山博美

大手全国ホテルチェーンにて執行役員 兼 支配人として、ホテル経営業務全般に従事し、従業員ならびに他店舗新人支配人の採用・教育・指導など、人材育成、業務スキル向上に務める。また、ISO事務局長、委員会委員長も兼務し、他店舗の指導、改善、品質サービスの向上に貢献。ホテル現場、他店舗での要望・クレーム対応件数は、1500件以上。県、市、自治体、大手・中小企業、大学の新入社員～管理職研修まで、幅広い研修講師として活動中。研修登壇数は年間180回以上を超え、アンケート結果満足度94%を超える講師として、現在に至る。

【資格・役職】

- ・日本アンガーマネジメント協会 本部講師
- ・日本アンガーマネジメント協会認定 シニアファシリテーター／キッズインストラクターマスタートレーナー
- ・クレーム・リスクマネジメントゼミナール ゼミナール長
- ・仙台商工会議所エキスパート登録専門家、宮城県商工会連合会エキスパート登録専門家
- ・米国NLP協会認定 トレーナー
- ・日本コミュニケーションカード活用推進協会認定 トレーナー
- ・日本コミュニケーション能力協会認定 コミュニケーション能力レベル1 他

インターテック・サーティフィケーション株式会社 (MIC)

東京事務所 〒103-0012東京都中央区日本橋堀留町1-4-2 日本橋Nビル

TEL : 03-3669-7435 FAX : 03-3669-7410 担当 : 研修部 中島 / 小淵

<http://ba.intertek-jpn.com>