ハラスメントのない職場づくりための
アンガーコントロールセミナー

人事担当者の皆様、管理職の皆様、怒りの感情の扱い方（アンガーコントロール）について知りたい方を対象としたセミナーです。怒りを上手に抑え、怒りのパワーを建設的な言動に結びつけるスキルを習得します。実践的なワークが中心ですので、現場ですぐに活用いただけます。アンガーコントロールを学ぶことで、社内のハラスメント予防につなげていきたい方に、特にお勧めしたいセミナーです。

日程・場所

日時：２０１５年２月１０日（火）　セミナー　１３：００－１６：００
個別相談会　１６：００－１７：００　※任意参加

場所：株式会社ヒューマン・クオリティー青山オフィス　会議室
〒107-0062 東京都港区南青山 2－2－8DF ビル 5F

プログラム

1. ハラスメント予防にアンガーコントロールが有効
・あなたの職場の怒り度は？
・なぜ怒りは湧いてくるのか？

2. アンガーコントロール法(1) ～自分の怒りに対応するスキル～
〈ワーク〉怒りの機能チャート：自分の感情に対応する
・あなたの怒りがあなたに及ぼす影響は？
・怒りの感情をおさえるスキル

3. アンガーコントロール法(2) ～相手の怒りに対応するスキル～
〈ワーク〉担当者として相手の怒りに対応する
・相手の怒りに潜む感情の正体は？
・思考の歪みを理解して修正する

4. 上手な「怒り方」と「叱り方」
〈ワーク〉

5. アンガーコントロールを職場のハラスメント防止に活かす

6. 個別相談会　※任意参加
・セミナー終了後、会場内にて、個別のご相談を承ります。

講師プロフィール：
秋山真弓（Akiyama　Mayumi）

株式会社 Medicine　Woman 代表取締役
社団法人日本産業カウンセラー協会産業カウンセラー。
米国 GCDF-Japan キャリアカウンセラー。
「人に感情があるように、職場にも感情がある」ことに着目し、誰もが自分を生かして働ける職場づくりをめざして全国各地にてコンサルティングとカウンセリング活動に携わる。セミナー登壇数は4000コース以上、カウンセリング実施数は3000セッション以上で、現場経験に基づいたセミナーを今回は実施する。

対象、定員、費用

対　象：人事労務担当者、コンプライアンス窓口担当者、相談窓口担当者、管理職の方
定　員：１６名
受講料：１５，０００円（消費税・教材費込・お一人様のご費用です）
同一団体から２名以上ご参加の場合は１４，０００円/お１人様

参加のお申込は
■ホームページのお問い合わせフォームよりお申込みください。http://www.human-quality.co.jp/contact/
※お申し込み後、ご入金のご案内をお送りいたします。セミナー7 日前までのお振込みをお願いいたします。
お振込み期日でご希望がございましたら、お問い合わせフォームの備考欄にご記入ください。
※個人の方、同業他社、士業の方のご参加はご遠慮いただいております。

〒107-0062 東京都港区南青山 2-2-8 DF ビル 5F　TEL 03-3401-3846　FAX 03-3416-2857
E-mail human@human-quality.co.jp