

部下の指導・叱り方にお悩みの方必見！

2022年

11月18日(金)

9:30~16:30

～リーダーに求められる感情教育～

# 「アンガーマネジメント」セミナー

- ▶ 「怒りの感情」のメカニズムを正しく理解し、怒りの感情に振り回されない軸を持ったリーダーシップを身につけます！
- ▶ 怒りの「衝動」「感情」「行動」をコントロールする力が身につく、適切な部下の指導ができるようになります。



栗栖 佳子 氏  
株式会社 宙 代表取締役  
ビジネスコーチ

期待できる  
効果

- ✔ チームワークが良くなり、仕事のパフォーマンスが向上する
- ✔ 相手の感情に振り回されにくくなる
- ✔ 怒るものと怒らないものの区別ができるようになる
- ✔ パワハラ防止につながる

対象者

リーダー・マネージャークラスの方、部下・人材育成担当者

受講料

会員料金 14,850 円 (税込) 一般料金 16,500 円 (税込)

※別途、アンガーマネジメント診断料 2,200 円 (税込) を加算させていただきます。  
※会員料金とは、しがぎんビジネスクラブ会員企業のみ受講料です。

複数名割引対象講座

※1セミナー2名さま以上  
のお申し込みで、  
1名さまにつき500円割引  
ご利用いただけます。

会場

しがぎん浜町研修センター6F (滋賀銀行本店より東へ100m)

※会場地図は弊社ホームページをご覧ください。駐車場はございませんので、公共交通機関をご利用ください。

## 1. アンガーマネジメントの基本

- ・「アンガーマネジメント」が求められている背景
- ・なぜ「怒り」が生まれるのか

## 2. 怒りの感情を科学する

- ・「怒り」の性質
- ・問題となる4つの怒り

## 3. アンガーマネジメント3つの暗号

- ・「怒り」のピーク
- ・三重丸と振り分け作業

## 4. 「ストレス」対策と「ハラスメント」対策

- ・リスクマネジメントとして活用
- ・怒りの感情との上手な付き合い方

## 5. 心の器を大きくするトレーニング

- ・衝動のコントロール
- ・価値観の違いを理解する

## 6. パワハラにならない叱り方

- ・悪い叱り方のキーワード
- ・怒る&怒らないの境界線を明確にする方法

## 7. アンガーマネジメント診断で自己分析

- ・自分の怒りの特性と対処方法
- ・「怒り」と上手に付き合うロールプレイング

## 8. 怒りの連鎖を断ち切ろう

- ・怒りの加害者にも被害者にもならない

program

## 受講者の声

とても良い研修で、社員にも受けさせたいと思った。

・自分の特性を客観的に再確認できた。  
・怒りのコントロールの大事さを学びました。

・自分の怒りが何で起こっているのか、客観的に分かりました。  
・怒りに対してのアプローチが分かりました。

11/18「アンガーマネジメント」セミナー

【申込締切日】2022年11月15日(火)

会社名		業種		取引支店名	滋賀銀行	支店
		申込担当者名 (所属・役職)				
住所	〒	TEL				
		FAX				
受講者名(フリガナ)		所属		年齢		
フリガナ						歳
フリガナ						歳
フリガナ						歳

《新型コロナウイルス感染予防策について受講生の皆さまへのお願い》

- ・マスクを着用してのご受講、手指の消毒にご協力をお願いいたします。
- ・会場入室前の検温にご協力いただき、37.5度以上の熱がある方・具合の悪い方は受講をお控えください。
- ・その他詳しくは、弊社ホームページをご確認ください。  
<https://www.keibun.co.jp/>

《申込方法》

- ①インターネットからのお申込みは、弊社ホームページ(<https://www.keibun.co.jp>)をご覧ください。上記申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXでもお申込みいただけます。また最寄りの滋賀銀行の窓口でも受け付けております。
- ②ホームページからお申込みの場合は、受付完了メールをお送りいたします。またFAXにてお申込みの場合は、受付確認のお電話をさせていただきます。
- ③セミナー開催2週間前より順次、請求書・当日のご案内をお送りいたします。(開催3日前までに届かない場合はご連絡ください。)

《申込に関する注意事項》

- ①受講予定の方のご都合が悪い場合は、代理の方のご出席をお願いいたします。なお、キャンセルはセミナー開催の前営業日の午後3時までの受付とさせていただきます。その際、振込手数料を差し引いての返金となります。当日キャンセルの場合は、受講料は返金いたしかねますのでご了承ください。
  - ②申込みが少人数の場合や、地震・台風等の影響により、中止することがございますのでご了承ください。
- 《個人情報の取扱について》  
ご提供いただく個人情報は、KEIBUNビジネスセミナーご案内の範囲内で使用いたします。また、法令の規定により提供を行う場合を除き、ご本人さまの同意なしに第三者への開示・提供を行うことはありません。なお、弊社のビジネスセミナーはグループ演習等による研修効果促進のため、受講者さまの企業名を掲載した受講者名簿を使用させていただく場合がございます。ご了承のうえお申込みください。受講者名簿を配布させていただいた場合につきましては、研修終了後に回収いたします。

KEIBUN ビジネスセミナー



で検索!

弊社ホームページからお申込みいただけます!

★2022年8月1日リニューアルしました★

<https://www.keibun.co.jp>

または **FAX** 077-526-3838

※本FAX到着後、お申込担当者さまへ受付確認のお電話をさせていただきます。

《お問い合わせ先》

株式会社 しがぎん経済文化センター 人材開発部

〒520-0041 大津市浜町1番38号 TEL:077-526-0005 E-mail:jinzai@keibun.co.jp

ホームページをリニューアルしました!

★複数講座を同時申込される方に嬉しい新機能★

リニューアル前:会社名等必須項目を申込講座ごとに入力



リニューアル後:“必須項目の一時記録”で2講座目から

会社名等必須項目の入力が不要!

申し込み欄に「入力情報の記録」項目が出てこない、セミナー検索をクリックしても画面が切り替わらない場合は、**Ctrlキー+F5キー**を同時に押した後、ご覧ください。