

☑ 許せないあなたへ

#感情マネジメント

あなたがイキイキ働くためのヒントがここにある

～アンガーマネジメント入門講座～

随時受付スタート！

01

感情マネジメントとは

“感情に振り回されなくなる方法が学べる”

- ✓ 上司からダメ出しされて、認めてもらえなかった
- ✓ つい強い口調で言いすぎてしまうことがある
- ✓ イライラ・ギスギスした雰囲気の職場で働いていた

これらに思い当たる人は、感情のバランスが崩れている可能性があります。

過去に経験した嫌なことを、我慢する、忘れるというやり方で対処していると、間違いなく次の仕事・新しい環境でも同じことを繰り返すことになります。

●自分のパフォーマンスを高めることに役立つ！！

感情の根本を理解できるようになると、あなたの中に余裕が生まれます。

- 余裕があると、出来事に柔軟な対応ができるようになる。
- 他人に寛容になることで、新しいチャレンジができるようになる。
- 相手に自分の意志を伝えられるようになる。

前向きに物事をとらえ、チャレンジできる準備をするための講座です。



02

講師プロフィール

“業務意識を形成する研修や、次世代リーダーの育成に力を注いでいます”
今より素敵な自分に出会うためのお手伝い



パートタイマーの事務員として教育業界に飛び込む。
しかし、ある日突然「明日から就職支援担当！」と言われたことをきっかけに、
キャリアコンサルタントとしてデビュー。
年間、約400名の転職サポートを担当。
平均30%だった就職率を80%に押し上げた。
一方で社内の離職率50%という危機も体験。
現在では、こうした経験を悩めるリーダーの教育に役立てている。

小田 芽実

03

プラン

こんな時期なので、従来の対面型の他にオンライン（Zoom）で受講可能な

2種類のプランをご用意いたしました！

オンラインだから、自宅から受けることが可能です！

感情と上手に付き合うために『アンガーマネジメント』という手法を使って、

3つの攻略法を学びます。

この攻略法で、**自分のパフォーマンスを高めるための土台作り**をしましょう。

アンガーマネジメント

入門講座

全ての導入として学んでいただく入門編

7/9 (THU) 19:00～

¥ 3,300 (税込)



感情に振り回されなくなる方法を学ぶ！

怒りの根本を理解して、対応できるようになりたいと思いませんか？

※お申し込み後、受付完了のメールが届きます。

アンガーマネジメント

入門講座 (WEB)

全ての導入として学んでいただく入門編

7/25 (SAT) 13:00～

¥ 3,300 (税込)



感情に振り回されなくなる方法を学ぶ！

怒りの根本を理解して、対応できるようになりたいと思いませんか？

※お申し込み後、受付完了のメールが届きます。

アンガーマネジメント

叱り方講座

部下の育成に欠かせない、叱り方（指導・コーチ）編

¥ 3,300 (税込)



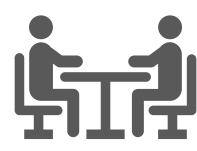
ただいま準備中

アンガーマネジメント

パワハラ防止講座

どんな職場でも活用できるハラスメント編

¥ 3,300 (税込)



ただいま準備中

04

gallery

