

イキイキと働くために学ぶ！

受講無料
保育あり

アンガーマネジメント講座



「なぜ、あんなに腹が立ってしまったのだろうか？」
「理不尽だと感じ、つい感情的になってしまった…」
怒りの感情はコントロールが難しいと言われています。
『イライラ感情を何とかしたい！』とお考えの方
怒りの感情のマネジメントを楽しく学んでみませんか？

日時：平成30年6月23日（土） 午前10時～正午

会場：すみだ女性センター

対象：区内在住・在勤の働いている方20名（雇用形態は問いません）

保育：満1歳～就学前のお子さんの一時保育があります。（定員制）
6月7日（木）までにお問い合わせください。

申込：事前にTEL・FAX・e-mailまたはすみだ女性センター2階受付窓口で
お申込みください。詳細は裏面参照



講師：M'sライフデザイン 代表 南 幸恵 氏

【資格】

（一社）日本アンガーマネジメント協会：シニアファシリテーター、コンサルタント、アドバイザー etc

（一社）日本産業カウンセラー協会：シニア産業カウンセラー、スーパーバイザー

国家資格：精神保健福祉士、2級キャリア・コンサルティング技能士

【プロフィール】

大手ゼネコン人事部を経て、独立。官公庁から民間企業とあらゆる企業・団体での研修やカウンセリングで活動中。

研修テーマは、「アンガーマネジメント」「メンタルヘルス」「ハラスメント」「キャリアデザイン」「コミュニケーション」

「話のきき方・伝え方」「アサーティブ・トレーニング」「ビジネス・マナー」 etc

主催：すみだ女性センター 電話03-5608-1771