

# 職場内ハラスメント防止 に役立つ

怒ってもいいんです！

# アンガーマネジメント入門



アンガーマネジメント診断で  
怒りの傾向がわかる！

2019年5月、改正労働施策総合推進法(通称:パワハラ防止法)が成立しました。改正法は、大企業では2020年6月、中小企業では2022年4月から施行されました。それによって「ハラスメントを招かないように」と相手と距離を保ったり、注意すべきことも注意できなくなったりしてしまうケースも見受けられます。しかし、上司が部下との接点を減らし、指導や指摘を遠慮しては、組織運営の阻害や人材育成ができません。

そこでまず、ハラスメントを招く可能性の一つである感情コントロールができていくかを知ることが大切です。本セミナーでは事前に「アンガーマネジメント診断」を受検いただき、自己の怒りの傾向を知っていただきます。

怒りの感情をセルフコントロールして、組織内で不要な軋轢や衝突を引き起こして、大きく生産性を下げる事がないように、また“適切な叱り方”とはなにかを知り、今後の部下指導にも活かしていきましょう。

講師

オレンジコミュニケーション株式会社  
アンガーマネジメントコンサルタント

川口 玲子 氏



カリキュラム

1. 怒りについての考え方
2. 怒りのサインに気づき、傾向を知る
3. 怒りのセルフコントロール
4. 部下指導における適切な叱り方
5. 実践トレーニング
6. アンガーマネジメント診断

◆日時 2022年11月9日(水) 15:00~17:00

◆会場 伊丹市立産業振興センター  
〈伊丹商工プラザ4階〉 会議・研修室A  
(伊丹市宮ノ前2丁目2-2)

◆受講料 無料 (どなたでもご参加できます)

◆定員 先着30名 ◆締切 2022年10月31日(月)

主催 伊丹商工会議所 ☎072-775-1221

【ご参加される皆さまへ】

必ずマスクを着用されてご参加くださいます様、お願い致します。

セミナー実施に当たりましては、会場の換気・ソーシャルディスタンスに配慮した配席・参加者席の事前消毒・消毒用アルコールの設置・講師と運営側の手洗いとマスク着用の徹底等、新型コロナウイルス感染予防に努めて参ります。

また、開催日までの状況変化により、中止または延期とさせて頂く事もありますので、ご承知おきください。

## ■ 申込方法 以下のいずれかでお申込み下さい

- ①伊丹商工会議所 HP から申込 (<https://www.itami.or.jp>)
- ②下記申込書に必要事項をご記入頂き、FAX



アンガーマネジメント診断用のURLをメールでお送りしますので、事前に必ずご受検ください。

11/9

『アンガーマネジメント入門』

受講申込書

伊丹商工会議所 行

FAX:072-775-1223

申込日(2022/ / )

事業所名			
ご住所	〒		
T E L		F A X	
参加者氏名			
メールアドレス	@		

◆お問合せ先 伊丹商工会議所

〒664-0895 伊丹市宮ノ前2-2-2

TEL 072-775-1221 FAX 072-775-1223

## 講師プロフィール

オレンジコミュニケーション株式会社  
アンガーマネジメントコンサルタント

## 川口 玲子 氏

元システムエンジニアとして NEC(日本電気株式会社)にて大規模プロジェクトのプロジェクト管理に携わる。その後企業研修講師として、SE 時代に職場環境から学んだ体験を活かし、コミュニケーション系の研修に力を入れている。アンガーマネジメントコンサルタントとして多くの方が「怒り」の本質を知ることによって、「怒り」の感情に対する嫌悪感や自己否定から解放されることを願っている。アンガーマネジメント的観点から、パワハラにならない上手な叱り方、職場やプロジェクトのチームビルディングにも活かせるアンガーマネジメントチームビルディングプログラムなど、多彩な研修コンテンツを元に他にはない独自のプログラムを展開している。

## 会場アクセス

