

「介護現場での虐待防止」「クレーム対応」にも活用できる感情コントロールを学びたいなら

対象種別 / 高齢者:○、障害者:○、児童:○、保健・医療:○

定員 / 5名～(オンラインの場合は90名まで)

【標準研修時間 120分】

オンライン
対応可

4. アンガーマネジメントセミナー

ねらい・基本プログラム

アンガーマネジメントは、怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニングです。「怒り」は人生を壊すことのできる唯一の感情と言われています。「怒り」について知り、イライラへの対処法を学ぶことで、コミュニケーションが円滑になり、周りや大切な人とのより良い関係を築くことができます。

1. 怒りとは
2. 問題となる4つの怒り
3. 私たちを怒らせるものの正体
4. 怒りが生まれるメカニズム 他

※お悩みに応じた内容をご提供することも可能ですので
ご相談ください。

講師

川崎 昌子 氏

マネジメントコンサルタント
ツナグバサンカク® 共同代表
(一社)日本アンガーマネジメント協会®
アンガーマネジメントアンバサダー
日本経営士協会 経営士



東京のベンチャー企業の創業期メンバーとして、立ち上げに携わり、自社の急成長、東証一部上場という経験を得た後、独立。5,000社以上の経営者取材、コンサルティングするなかで、感情のマネジメントが成功の鍵と確信。アンガーマネジメント、モチベーションマネジメント他の研修、相談を行なっている。

おすすめポイント

生活する中での様々な感情、その中でも「イライラ」や「怒り」の感情は、周囲にも伝染し、放置しておくとうつや、クレーム発生の原因へとつながりかねません。本講座では、まず怒りの感情や性質を見つめなおし、カッとなった時の感情を落ち着かせるテクニック等を学びます。職場のパワーハラスメント対策、介護現場での虐待防止、利用者の方からのクレーム対応にも応用できる講座です。