

ID18039

①～怒りのコントロールを身につける～アンガーマネジメント研修

「アンガーマネジメント」は、怒りの感情や自分自身のイライラに対して、その感情を受けとめコントロールするトレーニング法で、知識と技術を組み合わせた“セルフマネジメントスキル”です。この研修では、“怒らない人”になるのではなく、怒るべきことには上手に怒り、そうでないものには怒らないですむよう、適切に線引きができるようになることを目指します。メンタルヘルスやパワハラ防止につながる「アンガーマネジメント」スキルを身に付け、社内外における対人関係を円滑に行えるよう職場での実践的活用法を習得します。

(詳細は裏面へ)

- 対象 / ◆顧客や利用者様等、折衝や応対場面の多い方 ◆クレーム対応担当、または責任者の方
- ◆部下、後輩の指導、育成に悩んでいる方 ◆セルフコントロール力を向上させたい方

● 日時 / **2018年6月26日(火)** 10:00~17:00 【岡山】キャリアプランニング岡山本社(岡山駅東口 徒歩5分)

● 受講料 / お一人様 **20,000円(税抜)** ※テキスト代含む ※昼食のご用意はございません ● 定員 / 20名

※受講者の方には、自身の怒りのタイプを知るための「怒りの総合診断」を事前に受けていただきます。
(一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 認定アドバイザーによるアセスメントツールです)

※当講座は、事前診断が必要な関係上、申込みを6月19日(火)で締め切ります。

新企画

ID18059

②～「叱る」と「褒める」のコツを知る～上手な叱り方、褒め方研修

「叱る」とパワハラに捉えられるのではという認識や、そのことが原因で、部下が退職してしまうなどの現象が起きていることで、ここ近年、「叱れない上司」が増えてきています。しかしながら、「叱り方」一つで、部下のモチベーションや成長、チームの活性化に繋がるのもまた事実です。この研修では、部下指導、育成に繋がる「叱り方」の技術について学ぶとともに、大半のマネジメント職が苦手な部下の「褒め方」の技術についても学び、部下を承認しながら、部下の意欲を高めて成長を支援するマネジメント手法の習得を図ります。

(詳細は裏面へ)

- 対象 / ◆「叱り方」のコツを習得したいマネジメント職の方 ◆「褒める事」が苦手なマネジメント職の方

● 日時 / **2018年8月28日(火)** 10:00~17:00 【岡山】キャリアプランニング岡山本社(岡山駅東口 徒歩5分)

● 受講料 / お一人様 **20,000円(税抜)** ※テキスト代含む ※昼食のご用意はございません ● 定員 / 20名

※受講者の方には、自身の怒りのタイプを知るための「怒りの総合診断」を事前に受けていただきます。
(一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 認定アドバイザーによるアセスメントツールです)

※当講座は、事前診断が必要な関係上、申込みを8月21日(火)で締め切ります。

お申込みはFAX又はHPで **086-224-0878** <https://capla-kensyu.jp/>

事業所名	申込責任者氏名	部署・役職		
所在地 〒				▼ご希望のセミナー(□に✓をつけてください)
TEL () -	E-mail	※事前診断のご案内をEメールにていたします。必ずご記入ください		
フリガナ 参加者氏名	部署・役職	年齢	①アンガーマネジメント 研修	②上手な叱り方、 褒め方研修
			<input type="checkbox"/> 6/26	<input type="checkbox"/> 8/28
フリガナ 参加者氏名	部署・役職	年齢	<input type="checkbox"/> 6/26	<input type="checkbox"/> 8/28

※セミナーのお申込みキャンセル期限は、開催日の7日前(中6日必要)です。それ以降のキャンセルは、事務手数料として受講料の半額をご請求させていただきます。※申込み人数が研修実施に必要な最低人数に達しない場合は、やむを得ずセミナーを中止する場合がございます。予めご了承ください。※【個人情報の取り扱いについて】お客様にご提供いただいた個人情報は、本件に関する情報や弊社サービスのご提供に限り使用させていただきます。

①～怒りのコントロールを身につける～アンガーマネジメント研修

❖アンガーマネジメントとは

＜講義、個人ワーク＞

ト「アンガーマネジメント」とは

ト怒りの感情って何？

ト問題となる4つの怒り

❖アンガーマネジメントの実践

＜講義、個人ワーク、グループワーク＞

ト怒りの自己診断と結果分析

ト怒りのタイプ別トレーニング

ト習慣化プログラム

❖アンガーマネジメントの3つの暗号

＜講義、個人ワーク、グループワーク＞

ト衝動のコントロール

ト思考のコントロール

ト行動のコントロール

❖仕事に活かすアンガーマネジメント

＜講義、グループワーク＞

ト「べき」の違いを知る

ト「叱る」と「怒る」の違い

ト効果的な部下の「叱り方」

ト「怒り」の連鎖を断ち切る

講師

待留 慶子氏

医療機関にて歯科衛生士として従事。その後、医療系専門学校教員、資格取得予備校講師を経て、2009年に社会保険労務士事務所を開業。現在、キャリアコンサルタントとして就職支援のためのキャリア相談及び学校、企業、医療福祉施設において、ビジネスマナー、コミュニケーション能力向上研修等を実施。現場体験を活かし、医療・福祉従事者向けの接遇技能向上研修を数多く行っている。また、プロ司会者として式典・イベント等の司会の経験も豊富に持つ。一般財団法人日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントファシリテーター。待留社会保険労務士事務所代表。



②～「叱る」と「褒める」のコツを知る～上手な叱り方、褒め方研修

❖モチベーションとは何か

ト動機付けの意味

ト具体的アプローチ

トやる気スイッチをONにする

トモチベーション理論を理解する

❖モチベーションを上げる「叱り方・褒め方・関わり方」

ト部下を伸ばす「叱り方」・部下をダメにする「叱り方」

ト叱るは「メッセージ」

トNGワードとNG行動

ト上手なメッセージの伝え方

トアサーティブなコミュニケーション

ト「I(アイ)メッセージ」を使う部下育成

ト部下を伸ばす「褒め方」・部下をダメにする「褒め方」

❖ハラスメントのない職場づくり

トハラスメントの現状

トハラスメントを起因とするメンタル不全

ト職場を疲弊させるディスカウントストローク

講師

横山 三樹生氏

流通業界での営業統括マネジメント・組織管理・人事教育部門を経て、岡山県において、中小企業中心に人材教育コンサルタントとして活動。共感と傾聴のマネジメント手法が注目を浴びる。ワークライフバランス、セクハラ・パワハラ防止、女性活用、障害者雇用、リーダーシップ、職場活性化、コミュニケーション、報連相(情報共有化)など幅広い分野に精通し、管理職・従業員・事業主団体に向けた多種多様な研修を実施している。これまでの講師経験は民間企業や地方自治体を含め1,500回を超える。日本サーバント・リーダーシップ協会会員。一般財団法人日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントコンサルタント、アンガーマネジメントシニアファシリテーター。HIT-LAB(ヒットラボ)代表。

