

## アンガーマネジメント

### [講座概要]

このところ寒かったり温かかったりで体調管理が難しいですが、皆様お変わりございませんか。花粉の他、PM2.5 やら黄砂やいろいろなものが飛来しますが、どうぞ皆様ご自愛ください。

さて、令和5年度最初のスキルアップ研修は、マネジメントコンサルタントとして、また九州・中国支部のメンバーとしてご活躍されている川寄昌子先生にご登壇いただきます。近年の関西・東海支部のスキルアップ研修では初めての女性講師です。

アンガーマネジメントとは、1970年代にアメリカで始まった、怒りと上手に付き合う心理トレーニングです。怒らないのではなく、怒る必要があるときは上手に怒ることを目指しています。そもそも人はなぜ怒るのか、怒りとやる気の関係など、仕組みが分かると仕事やプライベートの人間関係にも役に立ちます。私たち経営士にとっても重要なスキルですので、是非ご受講いただきますようご案内申し上げます。

なお、当支部の研修は会員の紹介でどなたにでもご受講いただけます。皆様のお知り合いで興味のある方がおられましたら、是非ご紹介ください。

関西・東海支部 支部長 西原玉久

### [講師紹介] マネジメントコンサルタント・経営士 川寄 昌子 先生

【経 歴】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、急成長、東証一部上場という経験を得た後、独立。5000社以上の経営者に取材およびコンサルティングを行なう。

【著 書】「自分をサクサク動かすセルフマネジメント」「アンガーマネジメント経営者の教科書」「アンガーマネジメント管理職の教科書」等

【所属団体】(一社)日本アンガーマネジメント協会 参事  
(一社)モチベーション・マネジメント協会 他

【協会履歴】2010年に資格取得

【保有資格】経営士

### ・・・ 御 案 内 ・・・

[開催日時] 2023年5月28日(日曜) 13:30~15:00

[開催方法] テレビ会議システム zoom

[申込方法] 関西・東海支部事務局 藤岡宛 ([t-fujioka@jmca.or.jp](mailto:t-fujioka@jmca.or.jp) に返信) にて申込  
(当支部外の方は所属支部名・氏名・メールアドレスを明記ください)

参加のご連絡をいただきましたら、追って当日の zoom の URL とレジユメをお送りいたします。

[申込締切] 2023年5月22日(月曜) 必着

[参加料金] 会員無料、会員外2,000円

[定 員] 20名程度(お早目にお申込下さい)

[主 催] 特定非営利活動法人 日本経営士協会関西・東海支部