

# アンガーマネジメント 入門講座のご案内

～怒りと上手に付き合おう～

日常生活において、イラッとする瞬間やどうしようもない怒りの感情に押し潰されそうになることはないですか？  
この怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニングが「アンガーマネジメント」です。

「アンガーマネジメント」を身につけ、怒りのエネルギーをポジティブに受け止められるようになりましょう！



講師 根岸 由紀江

会場：ホルトホール大分セミナールームS

第9回 日時：2017年4月12日（水）19：00～20：30

第10回 日時：2017年4月26日（水）19：00～20：30

受講料：3,240円（税込・テキスト代含む）

\*お申込みは、メールまたは電話にてお受けいたします。（各限定15名様先着順）

\*ご希望の日時とお名前、ご住所、連絡先をお知らせ願います。

## □ 講師profile □

第一生命保険(株)で事務職から営業推進統括部長、CS推進統括部長、副支社長を経て平成27年3月退職。  
人材育成を目的に「株式会社ユー・ジュエル」設立。主に企業向け、専門学校講師として活動中。

## <講師資格>

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 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  
アンガーマネジメントキッズインストラクタートレーナー  
株式会社ユー・ジュエル 代表取締役 根岸由紀江  
〒870-0023  
大分市長浜町1-9-15-902  
TEL 097-538-2682 FAX 097-511-0715  
HPアドレス <http://www.youjewel.co.jp>  
MAIL [yh1125@outlook.jp](mailto:yh1125@outlook.jp)



