

アンガーマネージメントセミナー

「怒り」や「不快感」の感情を正しく理解し上手に付き合うことにより、より良い人間関係を築くために「自分も相手も大切に自己主張」の方法を学ぶことで、自分自身をマネジメントする自己管理の大切さを理解します。
「心の三毒」から自分を解き放ち、自己実現を目指してみませんか？

全1回

受講料無料



このような課題・ニーズにお応えします

ついイライラしてしまう
苛立つことが多い
怒って後悔することがよくある
つい余計な一言を言ってしまう
部下や後輩をうまく叱れず
モヤモヤする
チーム・組織内の人間関係が
ギクシャクしている
職場に笑顔が少ない

開催日時

全1回 12/13 (水曜日)
PM19:00 ~ 20:45

定員

8名

対象者

概ね45歳位までの、
在職中または求職中の方

申込

ジョブセンターのセミナー・講座
カレンダーの申込フォームからも
受け付けております。

ジョブセンターまえばし

検索



<https://jobcenter-maebashi.com/>

お問い合わせ

ジョブセンターまえばし
TEL 027-252-0500

時間 9:00 ~ 21:00 休館日 土/日/祝日/年末年始

会場：ジョブセンターまえばし

前橋市大渡町2丁目3-15



コロナ感染症対策に関するお願い

- ・体調がすぐれない場合や発熱がある方はご来所をご遠慮ください。
- ・新型コロナウイルスの影響により内容の変更や中止になる場合があります。