

埼玉県経営者協会

第4回企業経営・経営戦略トップセミナー

～理論編～

# 今日からできるアンガーマネジメント



講師：

中小企業診断士（埼玉県中小企業診断協会所属）

アンガーマネジメントファシリテーター®

アンガーマネジメントコンサルタント®

安永 豊子氏

2026

8/26

水

14:00-16:00

会場

大宮ソニックシティ  
9階906会議室

参加費

会員：無料 非会員：23,100円

定員

先着30名

お申し込みはこちら  
(申込み期限：8/18)



日常や職場で、ついイライラしたり、感情的になってしまった経験はありませんか。

アンガーマネジメントは、「怒らないこと」ではなく、自分の感情と上手に向き合い、適切にコントロールするための心理トレーニングです。

本講座は、経営者・管理職の方々が自身の「怒り」の感情を正しく理解し、衝動や思考をコントロールすることで、冷静な意思決定と健全な組織運営につなげることを目的とします。

## こんな方におすすめ

- ✓ 部下との会話でつい感情的になってしまう…
- ✓ 感情を抑えることで心理的ストレスを感じる…
- ✓ 怒ることも時には必要なのでは？

## 講演内容

- ・ アンガーマネジメントの基本理解
- ・ 怒りという感情は何のためにあるのか
- ・ アンガーマネジメントの基本トレーニング

FAX 048-641-0924

第4回トップセミナー参加申込書【本件担当：坂倉 048-647-4100】

貴社名：

TEL：

所属・役職名

氏名

メールアドレス