

料金後納

ゆうメール

参加費  
無料

# 元CAから学ぶ! 経営者のためのメンタルヘルスに生かす 『アンガーマネジメント』

～負のストレスから解放された健康経営を～

◆日時 平成30年2月8日(木) 15時～17時

- ・セミナー：15時～16時30分
- ・個別相談会：16時30分～17時

◆場所 産業振興ビル3階 会議室  
(玉野市築港1-1-3)

◆講師 ホスピタリティ&マナー・ラボ 長澤 さおり 氏

◆定員 先着30名 (ただし、個別相談は先着2名)

◆申し込み方法 裏面の参加申込書にご記入いただき  
FAXにてお申し込みください。

## 《プロフィール》

ホスピタリティ&マナー・ラボ 長澤 さおり 氏



愛知淑徳大学文学部国文学科卒業

ANA 全日本空輸、JAL 日本航空と内定を得、ANA 全日本空輸株式会社へ入社。

国際線・国内線客室乗務員として国内外40都市へフライトする。

全クルーを統括マネジメントするチーフパーサー業務などを行うかたわら、

実機インフライトインストラクターとして新人CAの指導、育成を担当。

皇室フライトなども乗務。台湾共同運航便クルーの任も受ける。

退職後、株式会社マザーリーフ(名古屋市)にて接遇マナー、ビジネス  
マナー講師として活躍。

平成28年、名古屋より岡山へ転居。ホスピタリティ&マナー・ラボ 起業。

◆ミラサポ登録専門家◆

セミナー実績：岡山三法人会青年部会・岡山県中小企業診断士会・事業再生支援協会(SRC)瀬戸内支部等

研修実績：大和リース株式会社・株式会社セレマ・ラヴィール岡山・備北信用金庫・医療機関等

内容・お申し込みの詳細は裏面へ

## 1) 背景

会社・職場での人間関係、特に部下の指導育成について以下のような悩みを抱えてえる経営者の方が多くいらっしゃいます。

「つい社員にイライラしてしまう」、  
「パワハラが怖くて部下を叱ることができない」、  
「怒りの感情が全面に出て職場の雰囲気が悪くなる」

## 2) セミナーの目的

組織における経営者・監督者の立場なら、時には社員・部下を叱る必要もあります。

ですが叱り方によってはパワハラと言われてしまったり、関係性が悪化して社員のモチベーションが下がる、また最悪の場合、離職に繋がってしまったりすることもあります。社員を適切に叱って良好なコミュニケーションをとることは、昨今の人手不足においてより重要な課題です。

そこで求められるのは「経営者としての感情をコントロールする技術＝アンガーマネジメント」です。怒りの感情のメカニズムから上手な叱り方（叱らずに後悔、叱り過ぎて後悔）まで学んでいただきます。

経営者自身のストレスを軽減させてメンタルタフネス度を上げながら、感情コントロールの手法を習得することを目指します。

## 3) 期待される効果

会社経営・職場環境には多くのストレスが存在しています。

怒りやイライラする不快感と上手に付き合い、その感情を別の方向性に向けることができれば仕事も軌道に乗り、職場のムードも改善されるのです。

怒りの感情のコントロールスキルを身につければ職場での人間関係も円滑になるでしょう。

職場でのストレスをコントロールできれば、社内の人間関係も向上し、早期離職の減少や、不協和音の改善と言った効果も表れるでしょう。

感情をセルフコントロールすることによって相手に向き合い円滑なコミュニケーションが図れ、仕事も順調に進むようになります。

アンガーマネジメントによって経営者が自らの感情をコントロールできれば、社員の失敗に対しても怒りに任せて叱ることが無くなり、またその怒りを周囲に発散することもなくなるでしょう。

適切な指導ができ、社員もトップの言葉に素直に耳を傾け、社員一人一人の成長、組織全体としての成長につながり、経営者自身、負のストレスから解放されます。

元CAから学ぶ！

経営者のためのメンタルヘルスに生かす『アンガーマネジメント』  
セミナー & 個別相談会 申込用紙

FAX 0863-31-5558

事業所名		役職		担当者	
受講者名					
所在地	〒 — —				
電話番号	— —		FAX 番号	— —	
個別相談	あり	なし	どちらかに○をして下さい。		
相談内容					

※ご記入の上、Fax で送信してください。

※ご記入いただいた情報は、商工会議所からの各種連絡・情報提供のために利用するほか、参加者の実態調査・分析のために利用することがあります。

お問い合わせ先 玉野商工会議所 〒706-8533 玉野市築港 1-1-3

TEL 0863-33-5010 FAX 0863-31-5558 Mail info@tamanocci.jp