

『怒りタイプ』の診断テストから、就活や職場でのイライラを減らすコツを知ろう！

# 『アンガーマネジメント』



～怒りのコントロール～

WEB配信セミナーをセミナールーム内の大型モニターで視聴する形式のセミナーです

日時

令和7年1月28日(火)

14:00～15:30 (受付13:45～)

場所

ハローワーク梅田 16階セミナールーム

定員

25名(先着順、事前予約制)

対象

概ね35～56歳までの就職氷河期世代の方



## セミナー内容

- ・アンガーマネジメントとは
- ・心理学における「怒り」のメカニズムとは
- ・自分の『怒りのタイプ』を知る 等



講師 前川 典子 氏  
研修トレーナー・大学講師  
2級キャリアコンサルティング技能士

35歳からのキャリアアップコーナーは、  
正社員を目指す35～56歳までの方を応援しています。

ハローワーク大阪東からの  
配信をサテライト会場  
(各ハローワーク)の  
モニターで視聴します



## お問い合わせ・お申込み

ハローワーク梅田 職業相談第1部門  
06-6344-8609 (部門コード41#)

月～金 8:30～17:15

大阪市北区梅田1-2-2  
大阪駅前第2ビル16階



【主催】ハローワーク大阪東 【共催】大阪市 (大阪市しごと情報ひろば)