

怒りのコントロール術を学ぼう

# アンガーマネジメント

怒りをコントロールするスキル「アンガーマネジメント」は、人間関係の改善や仕事のパフォーマンス向上に役立ちます。怒りをただ悪いものと捉えず、場面に応じて適切にコントロールすることで、周囲の人と円滑なコミュニケーションを取ることが可能になります。職場においてはパワーハラスメント防止にもつながります。

ハローワーク枚方からの配信を  
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

☆講師：大阪キャリア形成・リスキリング支援センター講師

+ 描こう、自分らしいキャリア！  
ジョブカード活用！



3月11日 水

会場：ハローワーク岸和田

定員：20名

対象：35～59歳の中高年世代の方

14:00～15:30

(13:45～受付開始)



【問い合わせ先】

ハローワーク 岸和田

072-431-5541

(部門コード41#)

月～金 8:30～17:15

〒596-0826 岸和田市作才町1264



【主催】大阪キャリア形成・リスキリング支援センター 【共催】大阪労働局・ハローワーク枚方  
厚生労働省 令和7年度キャリア形成・リスキリング推進事業

(本事業は株式会社パソナが厚生労働省より受託・運営しています)