

怒る必要がある時は上手に怒る 怒る必要がない時は怒らない

何で怒るの？

4つの怒り？

怒らなくて後悔する？

怒って後悔する？

怒ったことを覚えている？

悪い叱り方の自覚ある？

「～べき」の正体？

思い込みの分かれ道？



お伝えするのは
「怒りで後悔しない幸せな生き方です」

「いなっち」の アンガーマネジメント講座

日時： 平成30年11月4日（日）

14:30～16:30

場所： 読売新聞 西部本社 1階会議室

（住所：福岡市中央区赤坂1-16-5）

内容： 怒りとの上手な付き合い方

参加費： 3,000円（終了後：希望者のみ懇親会あります 別途費用4,000円）

※定員50名 参加人数枠には限りがございますのでお早めにお申し込み下さい

（講師）

稲田尚久（いなだ なおひさ）

産業カウンセラー

（一社）日本アンガーマネジメント協会認定
アンガーマネジメントファシリテーター

主催：株式会社ためき

共催：読売新聞西部本社

お申し込みは **申し込みフォーム**等

岡山県津山市在住。

イライラ・怒りの扱い方の専門家。

イライラを家族にぶつけて来たダメな父親が
アンガーマネジメントと出会い家族から更に
慕われた体験と24年間の教師の体験談を
もとにアンガーマネジメント、叱り方、伝え方、
子育て、コミュニケーション方法を伝えている。

ホームページ <https://ikariadviser.com/>

株式会社 **ためき**

☎ 092-791-1482

（電話の受付は平日10:00～17:00）