

【就職活動特別支援講座④】

アンガーマネジメント講座

～こんな時こそ、怒りの感情をコントロールしよう～

今、コロナ禍で人間関係がピリピリしています。こんな時だからこそ、怒りの感情と上手に付き合うための心理教育、心理トレーニングを学びます。お互いに怒りをぶつけない、怒りを連鎖させない社会を実現するため、自身の怒りをコントロールする事を学びます。

講師/浅井環(一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会 公認コンサルタント)

- 日時 2021年5月29日(土)/10時00分～12時00分
- 会場 茅ヶ崎市勤労市民会館/3階/B研修室
- 対象 就活中、就労中、事業主の方
- 定員 15名/申込制・先着順
※受講される方は、筆記用具とマスクを持参してください
※必ずマスクの着用をお願いします
- 参加費用 無料
- 申込方法 勤労市民会館/受付・電話・ホームページより
- 申込期間 4月1日(木)～5月27日(木)
- 受付時間 10時00分～21時00分
※休館日は申込不可/休館日は原則・毎月第4月曜日
※キャンセルされる場合は、お早めにご連絡をお願いします

☎お問合せ/お申込みはこちらへ☎

「茅ヶ崎市勤労市民会館」

茅ヶ崎市新栄町13-32/0467-88-1331

当館には駐車場がございません。最寄りの駐車場が公共交通機関のご利用をお願いします。