

<セミナーの概要>

- 怒りのコントロール
 - ・ ソーシャルスキルトレーニング
 - ・ 性格とスキル
 - ・ 怒りに支配されると・・・
 - ・ 怒っていないふり
- 私が怒りを感じたとき（ワーク）
- 怒りとは（ワーク）
- 怒りはどんな時に生まれるのか
- 怒りは二次的感情
- 怒りをコントロールする技術
- DESC 法の活用
- SFA 的志向法
- 振り返り
- ★ 怒っている人への対応法等