

定員20名

対象：45歳未満の方 大学・短大等学生

アンガーマネジメントで 就活のイライラと上手に付き合おう！

こんな事は
ありませんか？

- ✓ どうしようもなくイライラしてしまう！
- ✓ 周りの人に当たってしまったことがある
- ✓ 怒りをぶつけられた

怒りをはじめとする大切な感情の取り扱い方について
グループワークもしながら体験的に学んでみましょう



内 容

- アンガーマネジメントを知る
- 怒りの応急処置を知る
- アサーティブな対話法を知る
- 体からやわらげる
- 物の見方を広げる
- 質疑応答

持ち物：筆記用具 服装自由



【講師】

こはる心理カウンセリング室
臨床心理士・公認心理士

山内 恵理子 氏

【開催日時】 令和7年5月27日(火)
13:00～15:00 (開場12:30)

【開催場所】 名古屋中ハローワーク10階第3会議室
(名古屋市中区錦2丁目14-25 ヤマイチビル)

お申込み・お問合せ先

あいち若者職業支援センター

上記の二次元コードまたはURLからお申し込みができます。

☎052-232-2351にお電話いただくか、直接窓口でもお申し込みいただけます。

電話受付時間：8:30～17:15 (月曜日～金曜日・祝日を除く)

名古屋市中区錦2丁目14-25 ヤマイチビル9階ヤング・ジョブ・あいち内

【申込はコチラ】→

申込URL

<https://ttzk.graffer.jp/pref-aichi/smart-apply/apply-procedure-alias/yja-20250527>



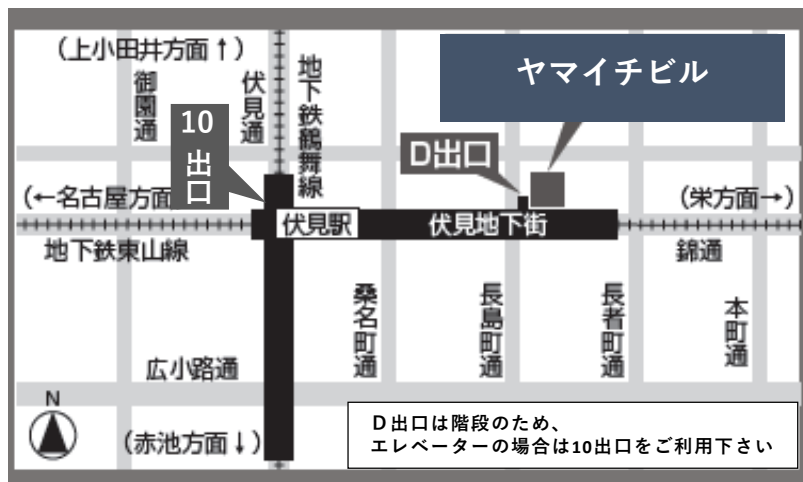
セミナー参加にあたってのご案内

※感染症予防対策として、会場の入り口に手指消毒薬を設置しますのでご活用ください。

※当日、発熱症状がある方・体調不良の方は参加をご遠慮ください。

<セミナー会場>

名古屋市中区錦2丁目14-25 ヤマイチビル



ヤング・ジョブ・あいち あいち若者職業支援センター

就職に関する不安や悩みを専門家と一緒に考え、解決していきます。
※ご家族からの相談も受け付けています。

対象者：適性・適職探し、キャリアの棚卸をしたい45歳未満の方
業務内容：専門家（キャリアコンサルタント、公認心理師）による就職相談※、
家族相談※、ジョブカードの作成支援、就職関連セミナー、
企業見学会の実施等



※対面相談のほか、キャリアコンサルタントによるオンライン個別相談も
行っています。

☎052-232-2351

8:30~17:15 (月曜日~金曜日・祝日を除く)
名古屋市中区錦2丁目14-25 ヤマイチビル9階
ヤング・ジョブ・あいち内



ホームページ



X(ツイッター)



インスタグラム