

講演会

# アンガーマネジメントで 楽になる

## おやこ関係・人間関係

2019年

3月17日(日)

開場 12:30

講演会 13:00~15:00

交流会 15:10~16:00

会場 岡崎市民会館 (大会議室)

参加費 300円 (申込締切 3/10)

講師

一般社団法人  
日本アンガーマネジメント協会

アンガーマネジメント  
シニアファシリテーター

田原授産所  
施設長  
鎌田博幸氏



### 講演趣旨

人は喜びや悲しみと同じように、怒りの感情があります。怒りはエネルギーが大きいので感情に振り回されて、家庭や社会の中で関係が悪くなる場合があります。では、怒りはなぜ生まれるのでしょうか？ どうすれば振り回されずに過ごせるのでしょうか？ 不登校やひきこもりの人がいる家族は自立を望み、将来への不安や焦りを感じながら生活しています。どのように気持ちを安定させて、子どもと向き合えば良いのか？ お話は、どなたにでもご参加いただける内容となっています。皆様の多数のご参加をお待ちしています。

### お問い合わせ・申し込み先

岡崎市市民活動団体

ひきこもりを考える会 ゲートキーパー「おじぎ草」

[ojigisou@okazaki-city.jp](mailto:ojigisou@okazaki-city.jp) 090-9176-9583 (大庭)

#### 「おじぎ草」について

社会問題でありながら表面化しづらい「ひきこもり」と向き合うために、ご家族の方や、ご本人が安心して自分を語る場所づくりを目指して立ち上げた会です。

後援：岡崎市教育委員会・岡崎市社会福祉協議会

この事業は、コープあいち福祉基金助成金を受けています