

～11月はオレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン～

アンガーマネジメント

～幸せになるためのヒント～

NPO法人えじそんくらぶ 代表
ハーティック研究所 所長・臨床心理士

高山 恵子 先生



【略歴】

昭和大学薬学部卒業、アメリカトリニティー大学大学院修士課程修了、
アメリカトリニティー大学ガイダンスカウンセリング修士課程修了、玉川大学
大学院教育学部非常勤講師を経て、現職に至る。

この講座では、ストレスマネジメントの中の「怒りの調整」に焦点を当て、具体的な対応方法、親支援、生徒・当事者支援、支援者のセルフケアの視点でお話します。
また、「アンガーマネジメントの方法を教えてもなかなか実践で使ってもらえない」「支援者自身でも実践するのが難しい」というときの原因分析と、その対処法についてもお伝えする予定です。アンガーマネジメントはご家庭でも重要です。保護者の皆様もご参加いただければと思います。

配信
期間

2024年11月1日(金)12時00分から
～ 2024年11月30日(土)17時00分まで

配信
方法

豊中市ホームページにて配信



注意
事項

- ・本講演の録画・録音・撮影、および資料の2次利用、詳細内容のSNSへの投稿は固くお断りいたします。これらの行為が発覚次第、著作権・肖像権侵害として対処させていただくことがございます。
- ・動画視聴に必要な通信料は、視聴される方のご負担となります。

お問い合わせ

豊中市こども未来部こども安心課
TEL: 06-6852-8448 FAX: 06-6846-6080
〒560-0023
豊中市岡上の町2-1-8ハートパレット2階

主催：豊中市子どもを守る地域ネットワーク
共催：(公財) 明治安田こころの健康財団
後援：明治安田生命保険相互会社

※豊中市は明治安田生命保険相互会社と包括連携協定を結んでおります。