

# アンガーマネジメント研修

## 伝え方編 ～自分も相手も大切にする伝え方～



価値観が多様化し、これまでの「当たり前」や「常識」が通用しにくくなっている現代の職場では、円滑なコミュニケーションのために、相手の言動だけでなく、その背景にある心理や価値観への理解が、これまで以上に重要となっています。

今回は、これまでの研修で学んだ感情理解やチームの関係性を踏まえ、相手に伝わり、行動につながる伝え方に焦点を当てます。自分の考えや期待を一方向的に押し付けるのではなく、相手の立場や心理的背景を尊重しながら、適切に表現する力を身につけます。部下指導やフィードバックの場面において、「伝えつつもり」

をなくし、相手が納得して動けるコミュニケーションを実践することで、自分も相手も大切にした関係性の中で、組織として成果を生み出すことを目指します。

本研修は、業界・業種を問わず、部下指導に携わる方やチームをまとめる立場の方に適した、実践的なプログラムです。

「基礎編」や「チームビルディング編」を受講されていない方でも、伝え方について学びたい方は受講可能です。

### ✓ 研修の狙い

相手にきちんと伝わり、行動変容につながる伝え方を実践的に学びます。

### ✓ 主な内容

- 心理的背景を踏まえた指導・フィードバックの技術
- 多様な世代・価値観に合わせた伝え方の工夫
- 「伝えるつもり」から「伝わる」コミュニケーションへの転換

### ✓ 期待できる効果

- 変化の激しい時代において、感情に流されず冷静に判断できるメンタルスキル
- 多様な価値観に対応し、ズレや摩擦を修復するコミュニケーション力
- チームの生産性を高める関わり方と協働スキル
- 「伝えつつもり」をなくし、相手の行動につながる伝え方

### ✓ 開催要項

日時	令和8年8月20日(木) 13:30-16:30
場所	メートプラザ佐賀 2F 視聴覚室(佐賀市兵庫北3丁目8-40)
対象	後輩や部下指導・コミュニケーションに悩まれている方
受講料	5,500円(協会会員 4,400円) 税込
講師	佐賀県職業能力開発協会 専任講師 株式会社 Link プラス 産業カウンセラー 古賀 理恵子 氏

### ✓ お問合せ

佐賀県職業能力開発協会(担当:訓練振興課 山本・野中)

〒840-0814 佐賀市成章町1-15 TEL: 0952-24-6408 FAX: 0952-24-5479

ホームページ: <https://saga-noukai.com/main/> E-mail: [kunren@saga-noukai.com](mailto:kunren@saga-noukai.com).

