

貸出  
無料

# ISICOライブラリ おすすめDVD vol.40

【ISICOライブラリ】  
<https://www.isico.or.jp/site/rental/>



## ～イキイキ働くためのコミュニケーション・シリーズ～ 職場のコミュニケーション・スキル (1) アンガーマネジメント 上手な怒りとの付き合い方

アンガーマネジメントとは、「怒り」の感情と向き合い、コントロールするスキルです。

人間関係に悩みがある、仕事量が多いなど日々ストレスを抱えているとイライラしやすくなったり、怒りっぽくなりがちです。

アンガーマネジメントは、自分自身が抱える感情を受け入れたうえで、適切なコントロール方法を学びます。

【詳細はこちら】

<https://www.isico.or.jp/site/rental/recommend40.html>



ライブラリ番号：F868  
収録時間：約23分

## 【貸出予約申込書】 FAX：076-268-4911

貸出希望日	年 月 日 ※先約によりご希望日にお応えできない場合がございます。	貸出方法	<input type="checkbox"/> 来館 <input type="checkbox"/> 宅配 ※宅配の場合は送料はご負担になります。
利用者番号	<input type="checkbox"/> あり [ ]		<input type="checkbox"/> なし (初回利用)
氏名		事業所名	
部署名		役職名	
所在地	〒		
T E L		F A X	
E-mail	@	メルマガ	<input type="checkbox"/> 登録を希望する

### 【お申し込み・お問合せ先】



(公財)石川県産業創出支援機構 総務企画部 企画広報課  
TEL : (076) 267-1001 FAX : (076) 268-4911  
URL : <https://www.isico.or.jp> E-mail : [library@isico.or.jp](mailto:library@isico.or.jp)

※申込フォームよりご予約いただく  
こともできます。右記QRコード  
よりお申し込みください。

