



ユニ女開発らぼ オンライン 活かそう！能力。伸ばそう！仕事力

## リモート時代に心がつながる・新アンガーマネジメント

働く女性を応援するユニ女開発らぼも、今年で8年目を迎えました。

生活様式の変化やリモートワークの拡がり、新たなコミュニケーション課題に直面している方も多いのでは？

そこで、新時代に必要なスキルとして、イライラと上手に付き合う「アンガーマネジメント」に焦点を当てました。

この機会に怒りのメカニズムを知り、感情マネジメントを身につけませんか？

学びをとおして、不要の衝突を避け、より良い仕事の創造・善き人間関係構築の一助となることを願っています。

セミナーとセットで、後日、浅見 葉子先生によるフォローアップセミナーとZoom井戸端会議を開催します。

互いに受講後の変化を確認し合うことで、ご自身の成長を実感いただけます。

また、コロナ禍だからこそ得られた体験や、今後の課題などを参加者で共有できる時間にしたいと考えています。

ぜひ、新しい発見・気づきを持ち帰り、今後の業務やライフスタイルの参考にしてください。

皆様のご来場を心からお待ちしております。

### 開催日時

二部構成（2日間）のプログラムとなります

Part 1

2020年11月19日【木】

14:00～17:00

Part 2

2020年12月10日【木】

14:00～17:00

### 開催スタイル

Zoomによる  
オンラインセミナー

参加条件あり

### 参加費

無料  
事前登録制

### 定員

20名

\* 1社につき1名様

### 対象

ユニシス研究会会員企業様  
に勤務する女性の皆様

問合せ先

ユニシス研究会関西支部事務局

〒530-6115 大阪市北区中之島3-3-23 日本ユニシス(株)関西支社内

:06-7178-0122 Fax:06-6443-0615 E-mail:[juaa-kansai-info@unisys.co.jp](mailto:juaa-kansai-info@unisys.co.jp)

# PROGRAM

Part1 : 11月19日 (木) 14:00 ~

## ～ コロナ禍の戸惑いやイライラを撃退！ ～ アンガーマネジメントセミナー

講師： 浅見 葉子（あさみ ようこ）氏  
リーフコミュニケーション 代表



### schedule

13:45 ~ 参加者Zoom入室

\* 参加者確認

14:00 ~ オープニング

\* 挨拶

\* オンラインセミナー受講の  
オリエンテーション

14:15 ~ セミナー

16:45 クロージング

17:00 退出

\* 浅見氏プロフィール \*

•大学院修士課程を経てメーカー研究所で製品開発に携わり、技術系女性社員では全社初の育児休暇取得と現職復帰を果たすも研究所では、入社～退職期間中で技術女子は自分一人。仕事と子育ての両立に悪戦苦闘の時短勤務期間中も仕事の成果と効率を上げることを職場で求められ、学んだコーチングやマネジメントの要素を自ら現場で実践した経験と技術者として培った開発手法が今の仕事のベースとなる。

•現在は国際コーチング連盟認定コーチとして個人セッションや研修コーチとして人材開発をサポートしている。キャリアアップ、やり抜く力、リーダーシップや人間関係、コミュニケーションなど様々なテーマがある中で、クライアントが達成したい姿や今の課題にスムーズに進んでいくためには、『感情や思考、行動とのバランスが取れていることがカギ』であると実感し、2012年～イラッ！ムカ！の感情と上手につきあっていくためにアンガーマネジメントの大切さを伝え続けている。

•一般社団法人日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントコンサルタント™  
•国際コーチング連盟(ICF)米国本部会員・アソシエイト認定コーチ



Part2 : 12月10日 (木) 14:00 ~

## フォローアップ 「自己基盤を整えて私たちの未来をカタチにしましょう！」

Part 講習を受けた後の、その後は……。実践での様子を振り返っていただけます。

講師： 浅見 葉子（あさみ ようこ）氏  
リーフコミュニケーション 代表

### 「ユニ女井戸端会議」 (テーマ：ニュースタイル、新しい生活様式)

誰もが、コロナ禍における働き方の変化・生活スタイルの変化を経験している中で、ご自身の体験談・工夫によって便利になったことや改善できたこと・意識改革、そして今後の問題点・課題を参加者で共有します。ぜひ、新しい発見・気づきを持ち帰り、今後の業務、ライフスタイルの参考にしてください。日常のちょっとイイお話からモヤモヤまで、ざっくばらんに会話しましょう！

### schedule

13:45 ~ 参加者Zoom入室 \* 参加者確認

14:00 ~ オープニング 挨拶、本日のアジェンダ説明・オンラインセミナー受講のオリエンテーション

14:15 ~ フォローアップセミナー

15:15 ~ 休憩

お気に入りのドリンク、スイーツなどご用意いただき、楽しく会話しましょう

15:30 ~ ユニ女 井戸端会議

17:00 クロージング・退出

## ！エントリー前にご確認ください！

Zoomでのオンラインセミナーとなります。Zoomに接続可能なパソコン、タブレットからご参加ください。

講習の内容上、ビデオ、マイクは常時ONにできる環境にて受講ください。\*ビデオ不可の方はご参加いただけません  
当日使用するテキストは事前に郵送させていただきます。

申し込みの際には、その他にも受講規約がございます。詳しくは下記URL記載内容をご覧ください。

詳細・お申込みはこちらから： 11/10(火)までにお申込み下さい。定員になり次第締め切らせていただきます。

<https://evesys.unisys.co.jp/public/seminar/view/7575>

