

イベントお知らせ

9月11日 (日)

大人向けイベント

10:30~12:00 (予約制)

※予約は9月10日18時までです

定員8組 女性講師：峯崎先生



【 大人のアンガーマネジメント入門講座 】



Ameba.



こんにちは。日本アンガーマネジメント協会認定
ファシリテーターの「峯崎瑞枝」です。
本当は怒るはずではなかったんだけど、怒ってし
まった・・・という経験は皆さんありますよね？
私はそれが悩みで、苦しんできました。
「イライラや怒りはどうしたらいいの?」と、...

まずは、「怒り」について向き合ってみませんか？

知れば知るほど「怒り」のイメージが変わります。

「怒り」は振り回されるものではなく「コントロールできるもの」
そのコツを知ることでああなたの人生は「怒りの苦しみ」から解放さ
れます。それがアンガーマネジメントです。

今回は基礎部分をわかりやすくご説明します。

「怒り」と上手に付き合えるようになりますよ☆

参加費は **3,240円**♪

お申込みはこちら <http://ws.fomzu.net/sfgen/s99124897/>



問合せ先：0986-36-8355

ピースホーム
ママサークル♪



都城スタジオ♪

