



2019年10月28日
リスクモンスター株式会社

eラーニング「知って役立つ！アンガーマネジメント講座」 怒りの弊害を防ぎ、そのエネルギーを前向きに活用する方法を学びます

法人向けクラウドサービスを提供するリスクモンスター株式会社(本社:東京都中央区、代表取締役社長:藤本太一、以下リスモン)は、2019年11月5日(火)より、eラーニング「知って役立つ！アンガーマネジメント講座」の提供を開始いたします。

アンガーマネジメントとは、怒りによる弊害を防止するために、自分自身の怒りを制御する手法のことです。

昨今社会問題となっている職場の人間関係のトラブルなどを背景に、アンガーマネジメント研修はここ数年高い注目を浴びており、パワーハラスメントの解決策として取り入れる企業も増えていきます。

このコースでは、具体的なケースをもとにアンガーマネジメントについて解説します。その途中で問題が出題され、自分で考えながら進む構成になっています。そして、怒りのメカニズムを知り、様々な弊害を生む「怒りの爆発」を抑制する方法を学習します。また、自分の怒りを分析して上手に相手に伝えるやり方についても学びます。

すべてアニメーション動画で展開するため、取り掛かりやすく学びやすいeラーニングです。

本サービスは、リスモンの連結子会社であるサイバックス株式会社(以下サイバックス、本社:東京都中央区)が制作したeラーニングであり、リスモンの研修サービス「サイバックス Univ.」にて提供いたします。

■コース紹介

【コース名】

知って役立つ！アンガーマネジメント講座

【対象】

全社共通

【ねらい】

怒りの爆発による人間関係の悪化を防止しつつ、怒りによって生じたエネルギーを前向きに活用していくために、アンガーマネジメントを学びます。

【概要】

価値観の多様化や、社会生活のスピード化が進む現代において、「怒り」の発生頻度は激増しています。「怒り」を爆発させず、溜め込まず、物事を改善していくエネルギーに変える方法がアンガーマネジメントです。

本講座では、以下の4点を学び、「怒りへの対処方法」の習得を目指します。

- ・怒りのメカニズム
- ・怒りの爆発を抑制する
- ・自分の怒りを分析する
- ・怒りを相手に伝える

【目次】

アンガーマネジメントとは何か／「怒り」について知ろう／衝動的な爆発を抑えよう／「怒り」を整理・分析しよう／「怒り」を上手に伝えよう／修了試験

【画像イメージ】



【詳細ページ】

<https://www.cybaxuniv.jp/course/cb0453/>

■「サイバックス Univ.」とは

月額 45,000 円(税抜)～、研修ポータル・eラーニング・公開研修を低価格でご利用いただける会費制の研修サービスです。

会員企業の利用者は、約 300 コースの豊富なラインアップから、自身にあったプログラムを随時受講できます。階層別研修だけでなく、営業・人事など職種別即戦力プログラムも充実しています。

ホームページ：<https://www.cybaxuniv.jp/>

■リスモンの概要(東京証券取引所第二部上場 証券コード:3768)

2000 年 9 月設立。同年 12 月よりインターネットを活用した与信管理業務のアウトソーシングサービス、ASP サービス事業を開始しました。以来、法人会員向けビジネスを要にサービス分野を拡大し、各事業部門・子会社（与信管理サービス、ビジネスポータルサイト（グループウェアサービス等）および BPO サービス）ごとに取り扱うサービスについて包括的な戦略を立案し、事業活動を展開しております。

リスモングループ法人会員数は、2019 年 6 月末時点で 12,281 (内、与信管理サービス等 6,217、ビジネスポータルサイト等 3,184、その他 2,880) となっております。

ホームページ：<https://www.riskmonster.co.jp/>

<本件に関するお問合せ先>

リスクモンスター株式会社 カスタマーセンター 広報担当
〒103-0027 東京都中央区日本橋2-16-5 RMGビル
TEL:03-5202-7121 e-mail:press@riskmonster.co.jp