

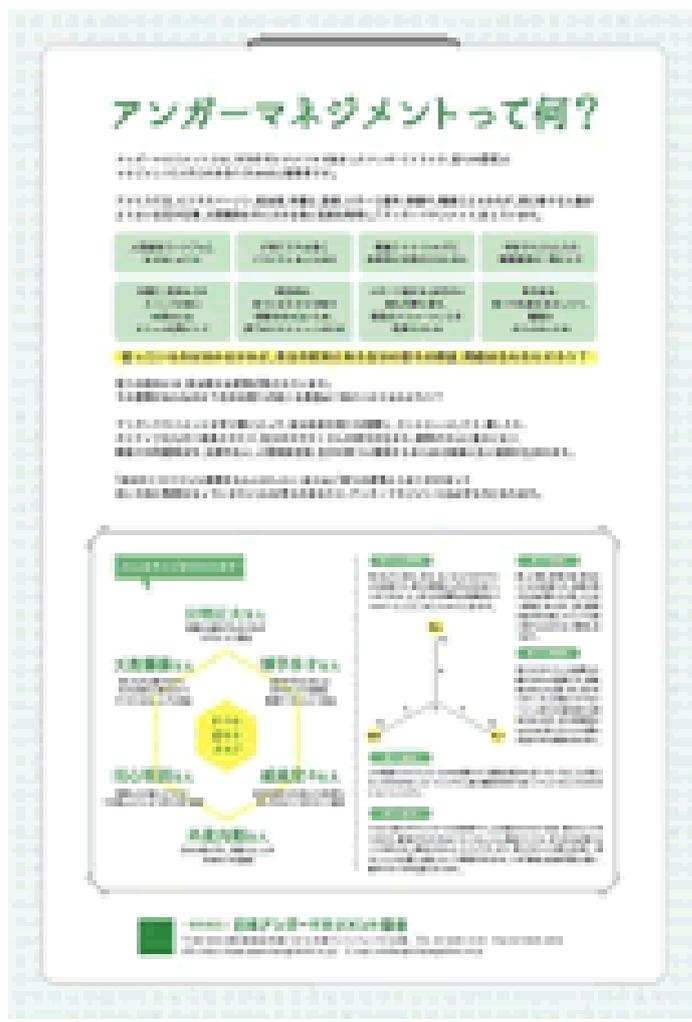
アンガーマネジメント診断

怒りの感情は最も扱いにくい感情の一つです。怒りの感情は目に見えないので、どのように対処してよいのか理解ができず、理解ができないから扱いがどうしても難しくなってしまいます。アンガーマネジメント診断では、簡単な設問に答えることで自分が怒りのクセや特徴が分かります。客観的に自分の怒りを知ることで、自分に合った対処方法をとることができます。

職場やご家庭などグループのメンバーで受検すれば、互いの怒りのクセを知り、より良い人間関係を形成するのに役立ちます。

ぜひ怒りの感情と上手に付き合うことができるようになるためのヒントとして、アンガーマネジメント診断をご活用ください。

基礎診断



49 問の設問に回答することで、あなたの怒りの強度・持続性・頻度・耐性・攻撃性がわかります。 ■料金 **1,100 円** (税込)