

## アンガーマネジメントティーンインストラクター養成講座のご案内



「アンガーマネジメントゲーム for teen」のゲームを通して、思春期の子供たちが自らの感情に気づき、他者との受け止め方の違い・今までとは違う考え方・伝え方などを身につけていく・・・画期的なアンガーマネジメントツールを使った資格講座です。思春期になると身体の変化などから精神的にも不安定になりやすく感情のコントロールが難しくなります。

どうしていいか答えを出せるだけの力が備わっていなかったり、解決策の選択肢が少ないために戸惑い、悩みを抱えてしまうこともあります。

また自分は他人からどう見られているのかが気になり、ストレスを抱えてしまったり仲間の中でトラブルになったりすることも・・・

ティーンインストラクターは、「アンガーマネジメントゲーム for teen」を使いながら、子供が自ら建設的な方法で感情マネジメントができるようにサポートします。

一人一人が怒りに振り回されず、建設的に問題解決ができる、そんな子供の未来を一緒につくっていきませんか？

日本アンガーマネジメント協会は、思春期を迎えた子供たちが感情に振り回されずに健全な方法で問題解決ができるようになってほしい。

そんな思いで、アンガーマネジメントティーンインストラクター養成講座を立ち上げました。

ティーンインストラクターはこんな方にぴったりです

- 思春期を迎えた子供との関係を良くしたい人
- 思春期の子供に感情マネジメントを身につけてほしい人
- ご自身のライフワークとして、思春期の子供たちへのアンガーマネジメントに取り組みたい人

- 子供たちへ感情に振り回されない健全な問題解決方法を伝えたい人
- 入門講座ではカバーしきれない、思春期の子供向けのアンガーマネジメントを身につけたい人

もし、あなたがこれに当てはまるのなら、

アンガーマネジメントティーンインストラクター養成講座に参加してみませんか？

---

## ティーンインストラクターになると実現する3つのメリット

アンガーマネジメントティーンインストラクターは、こんな未来をつくることができます。

### 1. 思春期を迎えた子供を理解しやすくなり関係改善に繋がります

「アンガーマネジメントゲーム for teen」は、思春期の子供たちがアンガーマネジメントを身につけていくために作られた教材です。ゲームを通して、子供が何に**どれくらいイライラするか**が理解でき、そのとき何ができるかを考えていくことで、思春期の難しい時期を迎えた子供と戦うのではなく、一緒に問題に向きあう関係作りができます。

### 2. 子供同士の相互理解が図れます

ブチキレて周りに当たり散らしたり、感情を閉じこめてしまいがちな思春期の子供たち。

「アンガーマネジメントゲーム for teen」を使いながら、自分の怒りの感情に気づいたり、今までとは違うものの見方・考え方ができるようになったり、自分と他人の価値観の違いに触れることにより、子供同士の相互理解が図れるようになります。

### 3. 怒りの感情に振り回されず、建設的な解決方法が提案できます

思春期を迎えると、より感情が不安定になりコントロールすることが難しくなります。アンガーマネジメントを学んでいるかいないかが子供の人間関係にも影響します。

怒りをコントロールできない子供は、学校や塾などで孤立することも少なくありません。感情を爆発させ友達に怒鳴ったり、危害を加たりすることもあり得ます。あるいは、適切な表現方法を知らないために感情を閉じこめてしまって悩みを抱えてしまうこともあります。

怒りをコントロールするスキルを身につけて、健全な社交性と建設的な解決方法を身につけられると、将来の選択肢が広がっていくでしょう。

---

## ティーンインストラクター養成講座内容

### 3時間で資格がとれる

アンガーマネジメントティーンインストラクター認定を受けると、協会指定の「アンガーマネジメントゲーム for teen」を使い、12歳～18歳の子供に「ティーン講座」を開催することができるようにな

ります。ティーン講座は、「アンガーマネジメントゲーム for teen」を使って子供たちが怒りに振り回されず建設的な方法で感情マネジメントができるように指導するものです。ティーンのお子さんをお持ちの方だけではなく、子供に関わる職業の方にもおすすめの講座です。

## 1. アンガーマネジメント基礎知識

- アンガーマネジメントとは？
- 怒りについての誤解とアンガーマネジメントの必要性
- 怒りが生まれる段階
- 怒りのピークは6秒
- 怒るときのルール
- 怒りの温度計

## 2. アンガーマネジメントゲーム for teen



ゲームを使って楽しみながら、自分の感情、そして他人との受け止め方の違いに気づき、建設的な解決方法を学びます。

- ゲームのねらいと準備
- ゲームセットの内容
- ゲームの流れ
- ゲームのまとめ方
- できごとカードの種類と見方
- 演習問題

### 3. モデルプランと基本プログラム

- モデルプラン(45分版)の演習
- 

#### 講座内容

受講時間:3時間

受講料金:21,600円(税込)

認定料金:10,800円(税込)

取得できる資格:アンガーマネジメントティーンインストラクター™

※資格取得講座であるため、お子様連れでのご受講はご遠慮いただいております。

受講対象年齢:18歳以上(未成年の場合は保護者の同意が必要です)

最少催行人数:2名

認定後は、アンガーマネジメントティーンインストラクターとして協会指定のアンガーマネジメントゲーム for teen(2,160円(税込)1セット6名までプレイ可能)を使い、「アンガーマネジメントティーン講座」を開催していただけます。ティーン講座は、ご自宅や学校、公民館、スポーツ施設、学習教室などで開催することができます。この際の受講料は、各自で設定していただいて構いません(1人あたり無料~1,000円)。講座の開催方法詳細は、養成講座内および資格取得後にご案内します。

※この「アンガーマネジメントゲーム for teen」は一般販売されていません。また、他人に販売・譲渡することはできません。