

相談 コンサルティング・コーチング

経営者・幹部向け

- ・ 想いを形にするお手伝い
経営理念、ビジョン、経営計画策定
- ・ 組織を強化するお手伝い
リーダーの意識改革
組織のモチベーションアップ
- ・ 新規事業のコンセプトワーク
- ・ 新規企画のアイデア出し
- ・ よろず経営相談

管理職、ビジネスパーソン向け

- ・ 仕事に関する相談
- ・ キャリアに関する相談
- ・ 独立起業を考えている人の相談
- ・ 何か新しいことをしたい人の相談

独立起業・個人事業主向けのセミナー、
ワークショップも開催しています
「ビジネスを創る！ Biz クリワークシ
ョップ」「中学生ならわかる事業計画書
の作り方」他

アンガーマネジメントコンサルティング

- ・ 個人セッション ・ グループコンサル ・ パワハラ防止、体罰防止、カスハラ対策

雑誌、ウェブマガジン等の原稿執筆

下記のテーマで、原稿を執筆します。

- ・ セルフマネジメント ・ アンガーマネジメント ・ モチベーションマネジメント
- ・ タイムマネジメント ・ コミュニケーション ・ リーダーシップ
- ・ チームマネジメント

bizSPA!フレッシュ

「明日でいいや…」のサボリグセを解消！仕事で「すぐできる人」になる 4 つの方法
等 5 本 <https://bizspa.jp/writer/masako-kawasaki/>

KIREI Cruise (キレイクルーズ)

「【専門家に聞く】イラっとしたら試す価値あり！アンガーマネジメントのご紹介」

<https://kirei.attenir.co.jp/articles/195>

他

マインドを整えれば 組織も個人もうまくいく

私が力を入れている感情のマネジメントは、マインドを整えることで、各人が力を発揮し、人間関係を良くし、目的を達成することを目指しています。

かわさき まさこ
マネジメントコンサルタント 川崎 昌子



長崎市生まれ。長崎大学経済学部卒業。

東京のベンチャー企業の創業期メンバーとして、立ち
上げに携わる（企業向け経営サービス会社で、経営者向
けビジネス雑誌の編集長、経営コンサルタント等とし
て働く）。自社の急成長、東証一部上場という経験を得
た後、独立。

5,000 社以上の経営者を取材、コンサルティングするなかで、感情のマネジメントが
成功の鍵であることを確信。アンガーマネジメント、モチベーションマネジメント他の
セミナー、研修、相談等を行なっている（オンライン対応）。

ツナグバサンカク® 共同代表

特定非営利活動法人 日本経営士協会 経営士

一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会 アンガーマネジメントアンバサダー

一般社団法人 モチベーション・マネジメント協会 公認 モチベーション・マネジャ
ー Advanced

マネジメントコンサルタント 川崎昌子のサイト



<https://masakokawasaki.com>

mail:info@masakokawasaki.com

怒りと上手に付き合おう～アンガーマネジメントのすすめ

<https://angermanage.info>



アンガーマネジメント、パワハラ防止、カスハラ対策

アンガーマネジメントは、1970年代にアメリカで始まった、怒りと上手に付き合うための心理トレーニングです。そもそも人はなぜ怒るのかという「怒りの仕組み」や、腹が立ったときの前向きな対処法を知り、実践することにより、下記のような効果が期待できます。

- ・人間関係がよくなる
- ・上手に伝えられるようになる（パワハラ防止）
- ・他者の怒りの理由や対処法がわかる（カスハラ対策）
- ・イライラ、ストレスが減り、集中力が高まり、生産性が上がる



著書

「アンガーマネジメント管理職の教科書」※ ※は、電子版が kindle Unlimited

「アンガーマネジメント経営者の教科書」※ ¥0 です

「仕事もプライベートもうまくいく！ 女性のためのアンガーマネジメント」

「自分をサクサク動かすセルフマネジメント」※

「不本意ながらパワハラ認定された上司がホワイト上司になる方法」※



新刊！

不本意ながらパワハラ認定された上司が
ホワイト上司になる方法 川崎昌子



「私は大丈夫」と思っている上司のあなた、
本当に大丈夫ですか？

パワハラと見なされた上司の多くは、その自覚がなく
「部下のため、会社のために、一生懸命やってきた」と
思っている



コミュニケーション

価値観の多様化、世代間ギャップや情報格差の拡大で「常識・普通」が異なっている今、伝え方、聞き方、ルールづくりの方法を知ること、下記のような効果が期待できます。

- ・さまざまなメンバーの個性を活かしながらの連携
- ・心理的安全性のある職場づくり
- ・部下が主体的に動けるようになる
- ・仕事の生産性が上がる

モチベーションマネジメント

モチベーションマネジメントは、約 100 年前のアメリカの工場での実験を機会に発展した、世界中の研究者（経営学、心理学、脳科学）の理論です。モチベーション（やる気）と行動の仕組みを知り、実践することにより、下記のような効果が期待できます。

- ・メンバー、生徒のモチベーションが高まる
- ・やる気に溢れた職場、組織、学校になる
- ・やる気が行動につながり、成果につながる

タイムマネジメント

雑誌編集の現場で培ってきた、締め切り厳守のタイムマネジメントをお伝えします

メンタルヘルスケア

メンタルヘルス（心の健康）対策を講じることによるメリットは多大了。

皆が安心して働ける職場環境では、モチベーションやワークエンゲージメント（仕事に関連するポジティブで充実した心理状態）が高まり、生産性が向上します。

階層別

- ・新入社員向け（ビジネスマナー）
- ・リーダー向け ・中堅社員向け ・幹部向け