

日本で唯一の怒りの感情を診断する心理テスト

アンガーマネジメント診断

「アンガーマネジメント診断」とは、日本アンガーマネジメント協会が提供する、日本で初めての「怒り」の感情の傾向を分析するための心理テストです。テストを受けて頂くことで、自分の「怒り」について客観的に知ることができ、アンガーマネジメント力を高めるヒントにもなります。

★アンガーマネジメント診断には、4種類の診断形式があります。

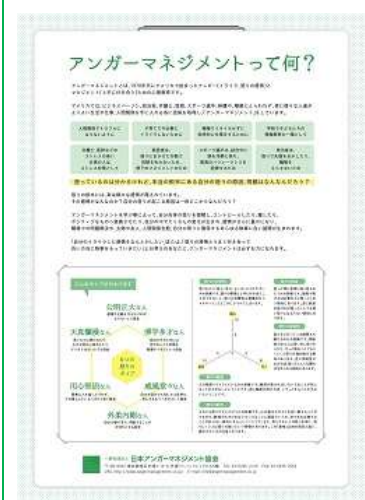
① 無料診断

6つの特徴的な怒りの感情のクセを簡易的に診断
(無料)



② 基礎診断

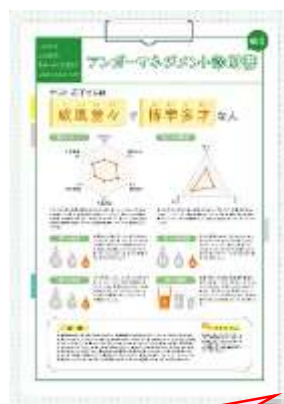
怒りの強度、頻度、耐性、持続性、攻撃性の5項目を診断 1,000 円(税別)



台紙の裏面には、怒りタイプの説明があります

③ 総合診断

基礎診断の内容に加えて、6つの特徴的な怒りの感情のクセを診断
2,000 円(税別)



④ 子供診断 (大人にもオススメです♪)

「熱血柴犬タイプ」
「白黒パンダタイプ」
「俺様ライオンタイプ」
「頑固ヒツジタイプ」
「慎重ウサギタイプ」
「自由ネコタイプ」などの動物キャラクターで、怒りの感情のクセをわかりやすく診断
2,000 円(税別)



怒りの感情のクセと、怒りの傾向の両方の結果が分かる「総合診断」「子供診断」がオススメです！

画像は、すべてサンプルです

いずれも、Web上で、ご自身の怒りに関する質問に答えて頂きます。

回答する所要時間は、5～15分程度。



後日、アンガーマネジメント診断の結果を、お渡しいたします。

こんな方には「アンガーマネジメント診断講座」がオススメです！

- アンガーマネジメント診断の内容について、詳しく理解したい
- 社内研修などでアンガーマネジメント診断を使いたい
- 営業ツール、コーチングやカウンセリングなどのツールとして診断を活用したい

アンガーマネジメントの基本を学び、怒りのタイプや特徴について理解を深め、システムの活用方法も習得できる、大変お得な講座です。

受講後は会費（月額利用料：0円～2,000円/月）をお支払い頂くと、アンガーマネジメント診断会員として、アンガーマネジメント診断を会員価格で自由に使えるようになります。（入会は任意ですので、受講するだけでももちろんOKです）

★アンガーマネジメント診断会員は、アンガーマネジメントの講座を開催したり、アンガーマネジメントに関するアドバイスをしたりなどはできませんのでご注意ください。

研修を、より効果的に実施するツールとしても！

アンガーマネジメント研修を実施する前に、受講者の皆様に診断を受けておいて頂くと、自分の「怒り」に対する理解がより深まり、とても効果的です。

自分では気づきにくい、怒りを周囲にまき散らしている人にも、客観的に振り返ってもらうきっかけになります。

もちろん、個人での受診もOK！

まずは、自分の怒りのタイプを知りましょう。希望される場合は、タイプに合わせたアンガーマネジメントのテクニックやトレーニング法をお伝えする単発セッションもご提供可能です。

より効率的にアンガーマネジメントを進めたい方には、継続したコーチングがオススメです。