

# アサーティブ 入門編

～アサーティブな伝え方で毎日が変わる～

コミュニケーションによる対人ストレスを解消するのが「アサーティブ」です。アサーティブな表現は「攻撃的」にも「受身的」にも「作為的」にもならず、自分の気持ちや考えを、率直に誠実に対等な目線で伝える方法です。自分中心にも、相手中心にもならない気持ちのいい伝え方だから、周りの人達と爽やかな関係を無理なく築けるようになります。

どう話せば伝わるか。心が通い、打ち解けるか。仕事、家庭、交友、恋愛など全ての関係に役立つアサーティブな表現をこの講座で学んでみませんか？アサーティブジャパン代表の森田氏が贈る、とても前向きで元気になれる講座です♪



## 【講師紹介】

森田 汐生 先生

- ・アサーティブ・トレーナー
- ・特定非営利活動法人アサーティブジャパン 代表理事

## 【募集要項】

1. 日時：2018年7月22日（日） 9:30-16:30
2. 会場：東関東支部 柏研修室
3. 定員：24名 ＊定員になり次第締め切ります。
4. 受講資格：どなたでも受講できます
5. 受講料：会員 9,720円 / 非会員 11,880円



スキルアップカード対象講座（カードをお持ちの方は忘れずにご持参ください。）

※ 開講確定の連絡後にお振込み願います。確定講座が複数の場合は、合算でのご入金が可能です。

6. 申込方法：申込書にご記入の上 FAX、または WEB（研修部宛てメール・HP）からお申し込みいただけます。

＜お振込み先＞ 三井住友銀行 柏支店（店番号498）普通口座7731511  
口座名 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会 東関東支部

＜お問い合わせ＞ 一社）日本産業カウンセラー協会 東関東支部  
電話 04-7168-7160 FAX 04-7168-7180  
メール kenshu@co-higashikanto.jp