

基礎編

アサーティブ・コミュニケーション

みなし研修

2025年1月13日(月・祝)
9:30-16:30 オンライン開催

コミュニケーションツールの変化、価値観の多様化、職場のストレスの増大の中で、私たちのコミュニケーションや人間関係の在り様が大きく変化しています。その中で、**どうすれば自分を大切に、相手も大切にしながら、誠実に、率直に、対等に話し合いをしていくことができるのでしょうか。**

攻撃的でも受身的でもなく、自分も他者も受け入れるのがアサーティブという考え。

心の中にある気持ちや考え方を、自分自身で大切にできていますか？逆に大切にあまり、異なる意見に否定的になったり気持ちを周りに押し付けたりしてはいませんか？

アサーティブの考えを学び、ロールプレイを通して実践的に取り組みます。実際に職場や家庭でどうコミュニケーションをとればよいのか、体験しながら理解が深まる内容です。

training instructor

森田 汐生 氏

NPO法人 アサーティブジャパン理事長

一橋大学卒業後、イギリスでソーシャルワーカーとして勤務。英国滞在中に、アサーティブトレーナーの資格を取得。2004年に活動をNPO法人化。現在、年間2万人を超える人たちに伝えている。

course fee

会員価格：9,900円(税込)

一般価格：12,100円(税込)

日本産業カウンセラー協会 東関東支部

【mail】hkt-kensyu@counselor.or.jp

【TEL】04-7168-7160

