

1 2 3 4 5 6 7 8



アサーティブネス

Win-Winの関係を作るさわやかな自己主張



■内容■

- ・アサーティブネスって何？
- ・自分のアサーティブ度をアセスメントで知ろう
- ・自己主張における3つのスタイル
- ・アサーティブであるためのポイント
- ・アサーティブに伝えるテクニック
- ・コーチングエクササイズ

<ファシリテーター>

日本コーチ協会山陰チャプター役員
社会保険労務士 雑賀 幸代

「アサーティブネス」とは、自分も相手も大切にする自己表現という意味です。それは、日ごろの人間関係において、自分の言いたいことを大切にして表現すると同時に、相手が伝えたいことも大切にして理解しようとするコミュニケーションです。アサーティブネスは、自己表現を見直したい人、対人関係を改善したい人に役立つだけでなく、一人一人が自分らしさを活かすことにつながり、グループや組織の活性化にも貢献できること間違いなしです。さわやかに自己主張できる自分を目指しましょう!!

2021年 11/14 日

定員 20名 (コロナ対策に留意して行います)

対象 コミュニケーション能力を高め、良好な人間関係を構築したい、コーチングに興味がある、コーチ力を高めたい、コーチングを組織の中で活用したい等どなたでも参加していただけます。

日時 13:30 ~ 16:30 (受付13:00~)

会場 米子市文化ホール 2階 研修室2

参加費 正会員 2,000円
一般 3,000円
学生 2,000円

★正会員のお申込み同時受付中!

鳥取県米子市末広町293
Tel 0859-35-4171

◎参加費は当日お支払いいただけます。

FAX
受付

0859-21-2003
JCA山陰チャプター代表 足立 宛て

WEB
受付

<https://jca-sanin.com/>
JCA山陰チャプター ホームページ



※ご記入いただきました個人情報は、JCA山陰チャプターの会員管理・情報提供の目的のみに使用します。ご本人の承諾を得ずに第三者に提供し利用することはございません。

お申込書

フリガナ			第58回学習会
氏名		ご連絡先 TEL	
住所	〒		
E-Mail		ご職業	