

公開講座

～互いの意見や相手の立場を尊重し、
伝えるべきことはしっかり伝えるコミュニケーションスキル～

アサーティブ・コミュニケーション講座

- 開催日 2024年7月26日(金) 13:30～17:30
- 会場 近鉄百貨店上本町店 11階 Kサポートセミナールーム
(大阪市天王寺区上本町6-1-55)
- 受講料 おひとり様 8,800円(消費税込み)

詳細・お申込みは
こちら



講座について

リーダーとしてチームをまとめる立場だけれど、こんな経験はありませんか？

- ・人と衝突するのがイヤで指摘すべきことを曖昧にしまい、問題解決に至らなかった
- ・思い切って意見を言ったら相手に反発されてしまった

ストレスを溜めず、適切に気持ちや意見を伝えるには、思いのほかスキルが必要です。
「アサーティブ・コミュニケーション」は、相手の状況や気持ちを尊重し、自分もきちんと主張するためのコミュニケーションスキルです。
自分のコミュニケーションのタイプを見極め、ケーススタディやワークを通して、「自他尊重」のコミュニケーションを学んでいただきます。
リーダーである自分もメンバーも大切にすることで、より良いチームを作りましょう。

※Zoomでもご受講いただけます。

講師

Kサポート 教育研修事業部
インストラクター
日本メンタルヘルス協会 基礎心理カウンセラー
杉崎 敦子

研修プログラム（4時間コース）

1. アサーティブ・コミュニケーションとは？

- ・あなたはこんなことで困ったことはありませんか？
- ・自分のコミュニケーションのタイプをチェック
- ・自己表現3つのタイプの特徴

2. アサーションを妨げる思考のクセ

- ・自分の「思い込み」セルフチェック
- ・「違い wrong」と「異なる difference」を理解しよう

3. 自分らしさを大切に、自己表現に活かす

- ・相手に能動的に動いてもらう話し方
- ・相手の気持ちを受け止める聞き方
- ・相手が心を閉ざしてしまうワード
- ・相手に伝えるためのシナリオを作ろう

4. アサーション・トレーニング

事例をもとに、ロールプレイング

お申し込みについて

1. お申し込み方法

① 下記の参加申し込み書にご記入のうえ、Kサポート教育研修事業部へFAX・郵送、またはインターネットで開催の7日前までにご送付ください。

(ただし7日前の場合は、直接当社へお電話でご連絡ください。TEL06-6776-9779)

② 参加者が少人数の場合、中止もしくは延期させていただく場合がございます。

中止の場合は、ご入金いただいた受講料を全額返金いたします。

2. 受講料のお支払いについて

① お申し込み受付完了後、受講証および請求書をお申し込み者様宛にお送りいたします。

7日を過ぎて書類が届かない場合は、お手数ですがご確認をお願いいたします。

② 受講料のお振込みは必ず開催日までをお願いいたします。

振り込み手数料はお申し込み者様でご負担ください。領収書は通常発行を省略させていただいております。それ以降になる場合や当社へ直接お支払いに来られる場合は、あらかじめご連絡ください。

3. その他

お申し込み後の変更またはキャンセルは、開催日の7日前までお受けいたします。

キャンセル料は、開催日6日前～前日は受講料の30%、当日は受講料全額です。

〒543-8543 大阪市天王寺区上本町6-1-55 近鉄百貨店上本町店11階

株式会社 Kサポート 教育研修事業部 公開講座受付係宛

TEL : 06-6776-9779 FAX : 06-6772-7100

<https://www.platz-kks.co.jp> (インターネットからもお申し込みいただけます)

「アサーティブ・コミュニケーション講座 7月26日(金)」参加申し込み書

(フリガナ) 会社名		TEL.	() -
		FAX.	() -
所在地	□□□-□□□□	(フリガナ) お申し込み責任者	
		所属・役職	
ご参加者氏名 (フリガナ)	所属・役職	◎お手数ですが、本講座をお知りになったきっかけをお教えてください。 ※該当するものに印・記入をお願いいたします。 1.パンフレット(郵送・設置) 2.ご友人・知人の紹介 3.弊社ホームページ 4.弊社社員()の紹介 5.近鉄百貨店 外商本部の紹介 6.その他() ◎参加申し込み書にご記入いただいた個人情報は、 ①受講証および請求書の発行・発送 ②弊社開催の講座・セミナーのご案内 に限って使用させていただきます。 ②が不要な場合は右にチェック願います。 <input type="checkbox"/> 不要	