

「アサーティブ・コミュニケーション」

相手に嫌な思いをさせずに自分の意見を伝えるように話す力について学び、トレーニングを通して互いを尊重した意思疎通の方法を身につけ、より良い人間関係の構築に活用してみませんか。



アサーティブ・コミュニケーションとは

一方的に主張したり、強要してしまうのではなく、『気持ちよくやりとりできる関係』を大切にしながら、自分の考えや気持ちを相手に伝える言葉で率直に伝えて、きちんと受け止めてもらえることを目指したコミュニケーションです。

- 日時：令和5年7月26日（水）～8月30日（水）
19：00～21：00 【全5回 ※8月23日（水）を除く】
- 会場：合人社ウエンディひと・まちプラザ 北棟6階マルチメディアスタジオ
- 対象：市民活動などに関わっている（これから始めようと思っている）方で、原則5回参加できる方
- 定員：16名（先着順・定員になり次第締め切りとします）
- 参加費：無料
- 申込方法：FAX・E-mail・来館にて、裏面の申込書を提出いただくか、電話にて申込書と同等の情報を下記申込先までお知らせください。
- 申込期限：令和5年6月1日（木）～7月19日（水）まで
※ 6月19日（月）は休館日です。

新型コロナウイルス感染症予防等についての注意事項 （お願い）

- ・受講時（来館時）は、手指の消毒と検温にご協力ください。
 - ・健康や体調に不安がある方は、参加をお控えください。
- また、無症状でも感染の可能性があると判断された方は、参加をご遠慮ください。



〈申込み・問合せ〉

主催：（公財）広島市文化財団まちづくり市民交流プラザ
住所：広島市中区袋町6番36号
電話：（082）545-3911／FAX：（082）545-3838
E-mail：m-plaza@cf.city.hiroshima.jp

メールは右の二次元コードからも送信可能です。メールアプリの初期設定が完了していない場合はリンクが機能しない場合がありますのでご注意ください。



申込書は裏面です。



講師：キャリアコンサルタント 大西 恵子 さん



【プロフィール】

松下物流(株)に8年勤務。営業事務と業務改善を担当する傍ら、営業所で初の研修インストラクターとなり、女子社員の集合研修等の指導を担当。退職後、研修講師として多くの業界・企業での研修を実施。広島銀行において、改善指導に当たり、的確な現状把握と丁寧な指導で、2015年、日経ヴェリタスが実施した「全国銀行リテールランキング」において、店頭サービス部門第2位に引き上げた。(総合ランキングは43位から7位にアップ)。

【申込日： 月 日】

市民活動人材育成講座

「アサーティブ・コミュニケーション」参加申込書

フリガナ 参加者名	
住所	〒 —
電話番号・FAX	
メールアドレス	
活動実績	

日程	内容(予定)実施内容は若干の変更が生じる場合があります。
7月26日(水)	アサーティブ・コミュニケーションとは？ ～捉え方の違いに気づく～
8月2日(水)	相手に伝わるように話すコツ
8月9日(水)	「きく」で理解と関係を深める
8月16日(水)	アサーティブに「頼む」「断る」
8月30日(水)	まとめ 全体の振り返り 意見交換

※お申込みの際に、いただいた個人情報については、事業運営の目的以外に使用いたしません。

※FAX・E-mailでお申込され、1週間しても返信がない場合は電話でご確認をお願いいたします。