



## NPO法人コミュニケーションプロスペリティセミナー

# アサーティブコミュニケーション

誰かがあなたを批判して腹がたった、誘いを断りたい、協力をお願いしたいなど自分の気持ちや考えを伝えにくい場面に遭遇したとき、あなたはどのように伝えていますか？叱らなくてはならないとき上手に叱れていますか？

アサーティブコミュニケーションとは、人間関係の構築にストレスを感じさせないコミュニケーション技術です。コミュニケーションがとれるかどうかは、スキルの問題です。

アサーティブコミュニケーションは、相手を尊重しつつ自分の意見や要求、感情を率直に、誠実に対等に伝えるコミュニケーション方法です。

自分のコミュニケーションの傾向を知り、アサーティブコミュニケーションの大切さを理解することで、明日からのコミュニケーションを変え、そして伝えることができるようになります。社会人として立ち立つときに、良質の人間関係構築に、ハラスメント防止の手段の一つとしてなどいろいろな場面で必須のコミュニケーション技法です。

### セミナー内容

- 1.心理学・脳科学からみた必要性
- 2.アサーティブコミュニケーションとは
- 3.アサーティブコミュニケーションの効果
- 4.あなたにも潜む3つのタイプ
- 5.アサーティブな表現方法 (DESC話法)



**講師：豊田倫子**

NPO法人  
コミュニケーションプロスペリティ  
代表理事  
Microsoft Certified TRAINER  
認定レジリエントレーニング講師  
アンガーマネジメントファシリテーター  
中国茶インストラクター



**講師：萩原 竹男**

NPO法人  
コミュニケーションプロスペリティ  
監事

長年通信業界において、事業の立上げや店舗開発・組織改革・人材教育にたずさわる。職場環境づくりの基  
本を、CS/ES/MSの3つの視点をベースに改革。その後、教育コンサルタントとして独立。大手  
上場会社をはじめ数社の人材開発にたずさわり組織改善や企業運営支援や、実践的な研修や  
セミナーの講師として活動している。

日 程：2017年6月17日 (土)

10:00～14:00

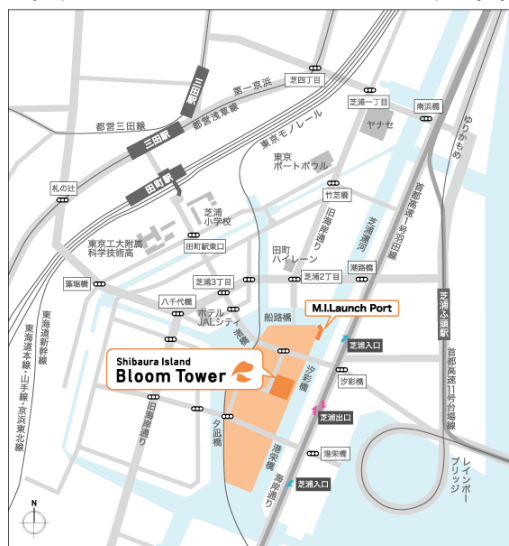
参 加 費：一般5,000円 会員3,000円  
ランチ・飲み物つき

会 場：Sibaura Island Bloom Tower

JR田町駅東口を出て、まっすぐ進みます。  
信号を4つわたります。

左手にスーパーのピーコックがあります。  
右手に芝生の公園があり、その隣のタワーマン  
ションです。エレベーターを上がったところが  
入り口です。駅から徒歩5分程度です。

当日連絡先：090-3579-0689 (豊田)



お問い合わせ・お申し込みは、メールでお願いします。

NPO法人コミュニケーションプロスペリティ事務局宛て Email: comyu@m78.com 担当: 高橋和宏

右の内容を記載していただきますようお願いいたします。①お名前 ②参加人数(複数人でご参加の場合) ③連絡先

コミュニケーションプロスペリティは、話の力を基礎にコミュニケーション学・幸福学・生涯教育を通じて、  
人々の幸せと健康、豊かな社会発展に貢献していく活動を展開する特定非営利活動法人です。