

幸せな対人関係を築くアサーショントレーニング〈オンライン講座〉

コミュニケーションが複雑化する現代では「自分をもっとうまく表現できたら」と悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。そんなときに役立つのが「アサーション」です。アサーション(assertion)とは、自分も相手も大切にしたい自己表現やコミュニケーション、つまり、「自己尊重の自己表現」のことであり、心理、行動、そして対人関係の視点から見直した人間関係づくりの考え方と方法でもあります。

(日本電信電話ユーザ協会 電話対応技能検定委員・平木典子先生のテレコムフォーラム誌コラム『Assertion』より引用)

実際に日常生活で葛藤が起きたときにアサーティブな表現が必要になる場面を具体的に取り上げ、具体的にどんな表現ができるかをグループで考え、実際に表現してみるところまでを体験する研修です。皆様のご参加をお待ちしております。

【対象】 自分も相手も大事にしたアサーション(さわやかな自己主張)の達人になりたい、組織活性化のためのコミュニケーションスキルの向上を考えている方 等

【研修内容】 1. 自己表現とは：自己理解、他者理解は相互理解から
2. 物の見方・考え方とアサーション (※)
3. 日常場面でのアサーション「5つのこつ」：1)相手に聴く 2)自己開示をする 3)質問の仕方 4)おまけの情報をつける 5)自己確認 (※)
4. 問題解決の場面でのアサーション (※)
5. 組織に活かすアサーション：バイデン氏アメリカをつなごう！
(※)の項目は、Zoomのブレイクアウトルームを使ったグループディスカッションと、全体での共有を行う。

【開催日時】	2021年 2月26日(金) 13:00~17:00(入室12:45~) (※ログインは12:30から可能)
【開催方法】	WEB会議システム「ZOOM」を使用 ・受講にはネットワークに接続したパソコン、もしくはスマホ・タブレットが必要です。 ※パソコンの場合、webカメラ・マイク・スピーカー(内臓型ならok)も必要です。 ※スマホ・タブレットの場合、事前にご自身でアプリ(アプリ名：ZOOM Cloud Meetings)のインストールが必要です。 ※いずれのデバイスでも、ネットワーク環境の安定した場所からご参加願います。 ・ログイン用URL等を連絡責任者様と各参加者宛に2月22日(月)までに送付させていただきますので、研修日前に、必ず到着確認をお願い致します。 なお、ログイン用URLへの入室は、各参加者のみとさせていただきますので、連絡責任者様も入室を希望される場合には、参加者としてお申込下さい。 ・その他受講時の留意点は、別途申込受付時にご案内致します。
【募集人員】	20名 ※ 定員になり次第締め切らせていただきます。
【受講料】	会員の方は所属地区に関係なく3,300円/名(一般4,400円/名)(税込)
【講師】	木邑 恭子 先生(有限会社グレイスアカデミー)
【支払方法】	2月19日(金)までに次の口座へお振込み願います。(振込手数料は御社でご負担願います) ※領収書は銀行の「ご利用明細票」をもって代えさせていただきます。 三菱UFJ銀行 新宿支店 普通0065592 ザイ) ヲソデ ヲツゲ ヲコウザ ヲコウカ
【その他】	(1) 定員に満たない場合、または、新型コロナウイルス感染症の状況によっては、講座を中止する場合がありますので、予めご了承いただけますようお願い致します。 (2) 本講座の録音・録画は禁止とさせていただきます。 (3) 1度の申し込みで2名まで登録できますが、3名以上を希望される場合は複数回の申し込みをお願いします。

●申込方法：必要事項を記入の上、2月19日(金)までに Webからお申込み願います。

HP：ユーザ協会東京支部 <https://www.pi.jtua.or.jp/tokyo/>

⇒ イベント情報 ⇒ 研修・セミナーへ

申込：こちら⇒<https://business.form-mailer.jp/fms/e2299175130974>

●【問合せ先】(公財) 日本電信電話ユーザ協会 新宿・池袋地区協会 事務局：吉野 03-3740-9401

《当日の連絡先》新宿・池袋地区協会 事務局携帯 090-8855-5997

プライバシーポリシー (プライバシーに関する公益財団法人日本電信電話ユーザ協会の確約)

公益財団法人日本電信電話ユーザ協会は、常日頃より関係者の情報を厳正に管理し、プライバシー保護に努めています。

ユーザ協会は、関係者様の個人情報は当協会の定款に基づく事業目的以外には、使用致しません。