
アサーティブ・コミュニケーション

● 研修のねらい

- ・住民、上司、同僚、部下との対人関係を円滑にする技術を習得する。
- ・アサーティブ（自分も相手も大切にしたい、誠実で率直で対等な表現方法）の考え方を学び、コミュニケーション力を高める。

● 日程・開催場所

- 第1回 29・9・19（火） 自治総合研修センター
- 第2回 29・11・15（水） 広島県三次庁舎
- 第3回 29・11・16（木） 自治総合研修センター

● 予定人員

30人×3回 計90人（県45人、市町45人）

● 対象者

（県・市町）希望する職員

● 講師（予定）

アサーティブジャパン 谷水 美香

高校教師を経て、現在特定非営利活動法人アサーティブジャパンの認定講師として自治体・企業等で研修を実施。多様性及び人権教育・女性学・労働問題・メディアリテラシーなどの学びを深め、様々な社会的課題の解決を目指した自主グループを設立し、講座や講演会も企画・実施している。

● 標準プログラム

1日 合計6.0時間

自らの事例を基にしたロールプレイングを通して、自己の感情や要求、意見の適切な表現方法を学びます。

	9:30	12:00	13:00	16:30
1日目	アサーティブネスの理論と自己点検			アサーティブトレーニング (ロールプレイング等)