

【令和7年度 チーム力向上研修】 アサーティブコミュニケーション ～自他尊重のコミュニケーション術～ 実施要領

- 1 研修の目的 “適切な自己表現”の基本的な考え方と伝え方を学ぶことでコミュニケーション能力の向上を図り、チーム力の向上に繋げる。
- 2 対象 全職員
- 3 定員 48人
- 4 日程 令和7年11月27日(木)
- 5 会場 高知県自治会館2階 こうち人づくり広域連合研修室
(高知市本町4丁目1-35)
- 6 持参物 職場でお使いの名札



カリキュラム		時間	講師
10:00	1 アサーティブの考え方を学ぶ	5.0	特定非営利活動法人 アサーティブジャパン 専属講師 竹崎 かずみ 【プロフィール】 医療機関に経営者・医療従事者として20年以上勤務し、スタッフのマネジメントや教育に携わる。 現在、アサーティブジャパン専属講師として全国の自治体や医療福祉施設、企業、学校等において研修講師を務める。
}	2 自身のコミュニケーションを振り返る		
	3 演習事例を用いてアサーティブのポイントを理解する		
	4 自身の課題を抽出し、ロールプレイングによりアサーティブな考え方を身につける		
16:00			

担当より	<p>相手の気持ちを尊重しながら、自分の気持ちや意見を誠実に、素直に、対等に表現する「アサーティブ」なコミュニケーションを身につけてみませんか？本研修では、演習を通じて自身のコミュニケーションの癖を把握し、場に応じた適切な伝え方や考え方のスキルを学ぶことができます。職場だけでなく、日常生活での人間関係におけるコミュニケーション改善にも役立ちます。</p> <p>周囲とのコミュニケーションで悩んでいるあなた、一緒に学びましょう！</p>
------	---

こうち人づくり広域連合 担当：澁谷

高知市本町4丁目1-35 高知県自治会館4階 TEL:088-873-0333 FAX:088-872-7716

E-mail: kouiki@kochi-hitozukuri.or.jp HP: http://www.kochi-hitozukuri.or.jp