

アサーションを 学ぼう



アサーションとは、自分の意見や感情を適切に表現しつつ、相手の意見や感情も尊重するコミュニケーション法のひとつです。
アサーションについて学べる講習を2回シリーズで企画しました。

5月20日（火） 13：00～15：00

5月22日（木） 10：00～12：00

※2回シリーズです

アサーションを活用したコミュニケーションが実践できるようになると、次のような事が期待できます。

- ☆ 自己表現ができる
自分の意見や感情を適切に伝えられるようになることが期待できます。
- ☆ 人間関係の改善
相手の意見や感情も尊重するため良好な人間関係を築くことが期待できます。
- ☆ ストレスの軽減
自分の気持ちを抑え込まずに表現できるため、ストレスの軽減が期待できます。

* 個別対応も可能です。ご相談ください。

* 遠方の方には、オンラインでの実施も可能です。

☆ 受講までの流れ、お申し込み方法は裏面参照

〈お問い合わせ、連絡先〉

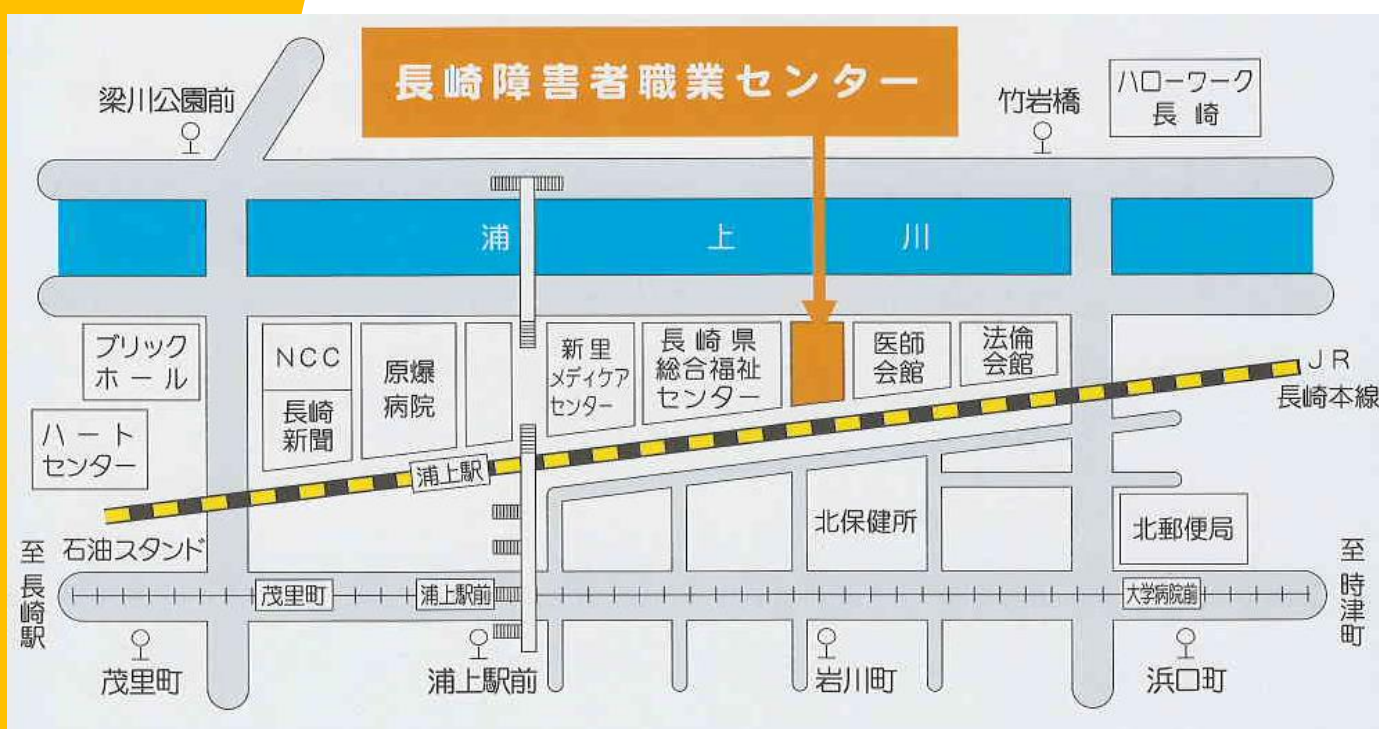
長崎障害者職業センター 住所：長崎市茂里町3番26号

Tel：095-844-3431 Mail：nagasaki-ctr@jeed.go.jp



●申し込み方法と受講までの流れ

- ① **実施日2週間前までに職業センターへお電話にてお申し込みください。**
- ② 後日、セミナー実施日までに事前面談を実施します。（30分程度）
- ③ 当日セミナーを受講します。



【交通案内】

- 鉄 道：JR浦上駅下車
- 路面電車：茂里町、浦上駅前、大学病院前 下車
- バ ス：茂里町、浦上駅前、浜口町、梁川公園前、竹岩橋 下車

〈お問い合わせ、連絡先〉

長崎障害者職業センター 住所：長崎市茂里町3番26号

Tel : 095-844-3431 Mail : nagasaki-ctr@jeed.go.jp

