

職場で良好な人間関係を目指す

開催要項

# アサーション 研修

日時

令和5年 **7月13日** (木)  
9:30~16:30

会場

**ちば仕事プラザ** (千葉市美浜区幕張西4-1-10)

研修  
内容

相手を否定せず自分も相手も大切にしながら、自分の意見「伝えたい事」を率直に伝える方法（アサーション）を学びます。その場の状況にあった適切な方法で相手に伝わりやすいように伝えるには、また、さわやかな関係をつくるためにはどのようにしたらよいか、自分も相手も尊重する技法を習得します。職場の人間関係をより良くし、業務パフォーマンスを上げたい方の受講をお待ちしております。

1. アサーション理論と演習  
ワークを使ってコミュニケーション力を高める
2. 自己表現のタイプ  
慣れ親しんだ自分の傾向を知る
3. 演習：依頼する、感謝する、トラブル解決、注意・指導する等

講師  
紹介

**武島 洋子**

認定NPO法人キャリアデザイン研究所



大手外資系企業で秘書、財務会計、日本産業カウンセラー協会の研修部副部長などの職務を経て、人材育成コンサルタントとして独立した。研修講師、産業カウンセリング業務に従事し、企業、官公庁、大学等で、ビジネスマナー研修、管理職研修等多数の研修実績がある。また、メンタルヘルス体制構築、アセスメント、職場環境改善等の人事関連業務も担当している。  
現職はオフィス武島代表、キャリアデザイン研究所副理事長を歴任。

## ■ 対象者

- ・一般社員
- ・管理職

## ■ 定員

16名

(定員になり次第締め切ります。)

## ■ 受講料

・協会会員：13,000円

・一般：17,000円

(資料代・消費税を含みます。)

## ■ お申込み方法

### ① 電子申込の場合

- ・当協会ホームページ  
研修・セミナー申込フォーム  
([https://chivada.or.jp/seminar\\_form/](https://chivada.or.jp/seminar_form/))  
より、必要事項をご入力の上、  
お申込みください。

### ② FAX申込の場合

- ・裏面申込書に必要事項をご記入の上、FAX 043-296-1186 によりお申込みください。
- ・お申込み後1週間以内に、受理確認のご連絡をします。

## ■ 申込締切日

6月29日(木)

## ■ その他

- ・昼食は各自ご用意ください。
- ・申込受理後、受講票及び請求書を送付いたします。
- ・受講料は納入期日までにお支払いください。  
なお、送金手数料は貴社にてご負担くださるようお願い申し上げます。
- ・納入された受講料は、当協会の都合により中止した場合以外にはお返ししませんのでご了承願います。
- ・お申込みが一定の人数に達しない等の理由により、中止又は延期する場合があります。
- ・研修中の録音・録画はご遠慮ください。

お問い合わせ  
お申込み先

千葉県職業能力開発協会 [総務企画課]

TEL 043-296-1150 FAX 043-296-1186

〒261-0026 千葉市美浜区幕張西4-1-10 URL <https://www.chivada.or.jp/>

