

「アサーション」を知っていますか？

ー自分も相手も大切にするコミュニケーションー

2.28(土)
13:30-15:30



講座内容

「アサーション」とは、一言で言えば「自分も相手も大切にしようとする自己表現」、相互の関係性を大切にした自他尊重のコミュニケーションです。

今回の講座では、まずは講義で「アサーションの基礎」、自己表現における3つのタイプについて学びます。その後のワークショップでは、自分のコミュニケーションを振り返り、自分も相手も大切にする自己表現のためにできることを皆で考え合います。

会場

中川文化センター2階 小ホール1・2

参加費

無料※参加には事前申し込みが必要です。

お申し込み

2月20日(金)までに、中川村教育委員会へお申し込みください。電話またはWEBフォームからお申し込みいただけます。

WEBフォームはこちら！

<https://logoform.jp/f/6p8bX>



講師 岸田 優代 さん

信州大学教育学部非常勤講師、長野県スクールカウンセラー。公認心理師、臨床心理士、ガイダンスカウンセラーの資格を保持。信州大学大学院学校教育専攻修了後、長野県内の小中学校及び特別支援学校、長野県教育委員会等に勤務。定年退職後から現職。現在は長野市に在住、趣味は料理。

詳細はHPをご覧ください。

