

## オンラインセミナー

# アサーティブ



# ホワイトボード・ミーティング®

### 参加者募集

きつく  
言いすぎて  
しまう

人の意見に  
つつい  
合わせてしまう

適切に  
言いたいことを  
伝えられた!

相手の意見を  
尊重して聞けた!

### モヤモヤ が スッキリに!

アサーティブとは、自分と相手を大切にできる自他尊重のコミュニケーションスキルです。自分の伝えたい意図を的確に伝え、率直に誠実に自分の意見や気持ちを表現し、相手の気持ちや意見を聞くことを大切にします。本セミナーは効果的な話しあいの技法であるホワイトボード・ミーティング®を活用し、アサーティブを学びます。攻撃的でも非主張的でもないアサーティブな表現や考え方を身につけて、対立する場面も対話を通してwin-win-winの道を探るプロセスを一緒に学びましょう。仕事やプライベートなど、個人にも組織にも役立ちます。

## 入門編 for 学校教職員

# 2月2日

2025年  
(日)

10時00分~12時30分

**会場** Zoom

**費用** 3,300円 (認定講師2,200円)

**対象** 学校教職員など

申込



ホワイトボード・ミーティング®  
認定講師



横山弘美



堀川礼子

