

自分からはじまる コミュニケーション

自分の思い、言葉にできていますか？

受講料
(全3回分)
1000円

アサーティブな伝え方を学び、
家庭や職場などで自分の思いを
ためらわずに伝えられることを目指します。

アサーティブ
とは？
自分も相手も尊重
したコミュニケー
ションです

全3回講座

2.15^土 ▶ 3.1^土 ▶ 3.8^土

全日程 14:00-16:00

場所：横浜市社会教育コーナー



第1回講座

自分の思いは
どんなもの？

第2回講座

アサーティブ

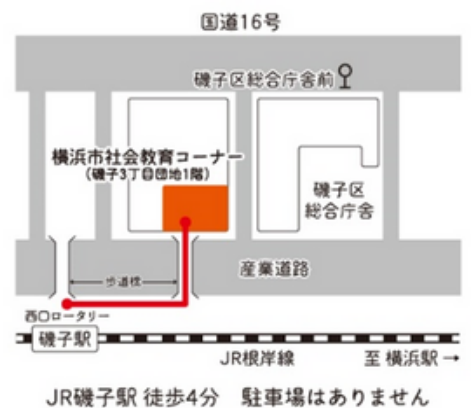
コミュニケーションを知ろう

講師：有野享子さん

ワーカーズコレクティブハートランド
アサーティブヒューマンセンター代表
アサーティブトレーナー
ハートランド認定総合心理カウンセラー
産業カウンセラー

第3回講座

新しい自分の思いを
伝えてみよう！



申込締切り：2月10日(月)

定員：20名(先着)

受講料：1000円(全3回分)

主催 横浜市社会教育コーナー

共催 ソーシャルばるーん

お問合せ 横浜市社会教育コーナー

<https://forms.gle/1icTNoY7bPv4dDTv7>

☎ 045-761-4321

✉ toiawase@yokohama-se.net

お申込みは
こちらから



参加申込みの際にいただいた個人情報は、当イベントの運営以外の目的では使用いたしません。