

自己開発

# 自分も他人も大切にする アサーティブコミュニケーション

## ✓ コンテンツ .....

1. アサーションとは
2. 自分のコミュニケーションタイプを知る
3. アサーショントレーニング
4. まとめ

## ✓ 事務局から見たおススメポイント .....

初回講座のため回答準備中

## ✓ 受講者の声 .....

初回講座のため回答準備中

## ✓ 講師紹介 .....



### 三ツ矢 玲子

美容業（専門はネイル）に携わりつつフリーランスのキャリアコンサルタントとして大学・高校・専門学校等でカウンセリング、キャリアデザインの講義を担当。

（現在カウンセリング数年間700名以上）また行政機関・一般企業向けにビジネスマナー、自己分析、マインドセット等の研修を行っている。コミュニケーション力アップ、自己分析をテーマにしたワークショップやセミナー等を自主的に企画、開催している。（セミナー開催数年間90回以上）