

2025年1月14日（火）13:00～14:30

参加者募集中

コミュニケーションの向上/自信回復

コミュニケーションセミナー  
「伝える力と聴く力」vol.1

# 伝える力を磨く！ アサーティブ コミュニケーション



## 自分も相手も大切に。アサーティブコミュニケーションを学ぼう

こんな経験はありませんか？

良かれと思って相手に考えや気持ちを伝えたのに、相手にうまく伝わらずモヤモヤしたり…  
お願いごとをされたけど本当は断りたい、でも結局断り切れずに引き受けてしまったり…

今回のセミナーでは、相手の意思を尊重しながら自分の思いを伝えるためのテクニック「アサーティブコミュニケーション」を学びます。

伝える力を身につけることで、人との関わりから感じるストレスを軽減し、人間関係を円滑にすることができ、自ら働きやすい職場環境を築くきっかけが生まれます。アサーティブコミュニケーションを活用して、就活・仕事の場でも実践できるコミュニケーションスキルを身につけましょう。

場 所 ディーキャリア奈良オフィス  
631-0822 奈良県奈良市西大寺栄町3-27 泉谷ビル3階305号室

交 通 近鉄大和西大寺駅北出口より徒歩5分

講 師 ディーキャリア奈良オフィス

定 員 10名（15～49歳の働いていない、もしくは不安定な働き方をしている方）  
※参加には奈良若者サポートステーションへの登録が必要です

持ち物 筆記用具、ご自身の飲み物

働くことno  
そうだんじょ

奈良若者サポートステーション

15～49歳の働いていない、  
もしくは不安定な働き方をしている方をサポートしています

お申し込み

担当のキャリアカウンセラーに  
お伝えください

 0742-81-8207

（電話受付：平日9:30～17:00）

