Open the Future with Spirit & System
SPIRIT & SYSTEM GROUP

相手を尊重しつつ自分の意見を主張するコミュニケーション術

アサーション研修

良好な人間関係を構築し、生産性をあげよう！

アサーション(assertion)とは、自分も相手も大事にして主張はしっかり行うものの、相手を傷つけない円滑なコミュニケーション方法です。
相手の主張を否定したり、自身の主張を無理に押し付けたりするのではなく、お互いの意見を尊重し、より良い結論に導きます。
お互いの価値観を尊重しながらも対等な関係を築くコミュニケーションスキルとして注目されています。
同僚や上司、クライアントと円滑なコミュニケーションをする上でアサーションスキルは有効ですが、
特に部下を持つ管理職が適切なチームマネジメントを行うためには必要不可欠だと考えています。
研修を通じ、アサーションの意味や人材育成の場における取り入れ方や具体的なトレーニング方法をご紹介します。

おすすめしたい対象社員

- ☑人への主張が激しくなりやすい
- ☑伝えたいことがあっても我慢してしまう
- ☑自分の伝えたいことがうまく伝わらない
- ☑部下に指導したら逆切れされた

研修概要

①人間関係における3つの基本的態度
・受身的(ノンアサーティブ)
・攻撃的(アグレッシブ)
・さわやかな自己表現(アサーティブ)

②事例研究
・あなたは普段どのような伝え方をしていますか？

③アサーティブな伝え方
・DESC法(事実→自分の考え意見を述べる→要求・提案→結果)を用いて相手から気持ちよくOKをもらえる伝え方を習得

研修時間

1時間～1時間30分

研修の効果

良好な
関係性を築き
生産性UP！

相手を大事にしながら
自分の伝えたいことを
しっかり伝えられる！

A 講師派遣コース

移動無し！貴社でラクラク受講

貴社の会議室などで開催します。
対象者全員が受けられるので、社内のレベル統一を図ることができます。
※定員最大20名

貴社に講師を派遣いたします

110,000円＊消費税込／1社
※テキスト代・講師交通費・宿泊費は別途

B 一般受講コース

1名様からOK!弊社研修室で受講

会場が弊社内であるため、業務から離れ研修に集中することができ、
密度の濃い研修になっています。
※1～4名まで受付けます。随時受付。

1名様から受講できます

33,000円＊消費税込／1名様
※テキスト代含む

講師紹介

株式会社SSブレイン　関 美分

問題点を適確に洗い出しお困りごとを解決へと導きます！

リーダー主任養成研修等、社員研修の第一人者。
25年以上の講師経歴を持つ。経営者の意向を研修に反映させながら、きめ細やかな指導を行なう研修スタイルは、評価がとても高く、リピートも多い。
著書は「利益を生み出す主婦パートを育てるすごい方法」（東洋経済新報社）がある。

※下記申込書にご記入のうえFAXでお申し込みください。折り返しこちらから確認のお電話をお入れします。
※お電話でのお申込みの場合も、お手数ですが申込書をお送りください。

ご希望コース　A 講師派遣　・　B 一般受講		希望日時	
貴社名（フリガナ）	業種	申込責任者氏名	役職
ご住所　〒			
TEL	FAX		
E-mail			

参加者名（フリガナ）	所属	性別	年齢

FAX送信先
053-474-7883

お問合せ

SS総合会計グループ
株式会社SSブレイン
静岡県浜松市中央区中沢町24-15
【TEL】053-401-2260
【E-mail】ss-brain@ss-brain.com