

女性キャリアデザイン講座のご紹介

***+ 女性のキャリアアップを応援します ***+

職場でも日常生活でも活かせるコミュニケーション術を学ぶ、
入門的な内容の全2回講座です。



第1回 “伝えにくいことをサラッと伝える”
アサーティブ・コミュニケーション

第2回 “1+1=2 プラス α にする方法”
ファシリテーション能力を学ぶ



(参考：平成25年度実施内容)

第1回 アサーティブ・コミュニケーション



「自分も相手も大切にする」アサーティブの考え方を知り、気持ちよく伝えるためのヒントを学びました。講義の中では、自分のコミュニケーションの方法を振り返り、日頃の生活で伝えにくいことを、受講生同士、実際に伝えあう練習をしました。

第2回 ファシリテーション能力

ファシリテーションってなんだろう？
より良い会議のあり方とは？司会進行のスキルだけでなく、会場準備や環境づくりまで、会議を有意義なものにするためのポイントを、グループワークで実践しながら学びました。

