

変動時代を乗り越える 自分を創る!

自分の中の可能性—新しい自己への出発
社会環境激変の中“自分らしく”生きていくことが、
ますます重要になってきています。

本研修は、自分自身の“持ち味”“個性”“特徴”
など「自分らしさとは何か?」をあらためて考え、
「在りたい自分」に向かって行動する第一歩と
なるものです。

◆セミナーの進め方◆

自分ひとりで考えるとともに、メンバーからのフィードバックをもらうことにより、“気づき”につなげて行きます。
コミュニケーション(傾聴・アサーション)やファシリテーションなどについて、理論とともにロールプレイ・実習など体験を通して学んで行きます。

◆ぜひご参加ください◆

●もう少し上手に、表現できるようになりたい方。●もう少し上手に、聴けるようになりたい方。●もっと自分自身のことを知りたい、分かってほしい方。
●ファシリテーション、アサーション、コミュニケーションについて知りたい方。●同じ志を持つ人との触れ合いの場を持ちたい方。●講座の進め方について学びたい方。

第1日目：9月1日(土)

自分のコミュニケーションスタイルに気づく

- 午前.....
1. コミュニケーションとは
 2. 「話し手」「聞き手」として大切なこと
 3. 傾聴とアサーション
- 午後.....
4. 事例による演習
 5. 傾聴、アサーション実習

第2日目：9月8日(土)

新しい自己を発見する

- 午前.....
1. 自画像と他画像
 2. 個人研究
 3. ファシリテーション(グループプロセスとコンテンツ)
- 午後.....
4. グループでの話し合いとファシリテーション
 5. フィードバック交換

日 程 第1日目〔9月1日(土) 9:30~16:45〕／第2日目〔9月8日(土) 9:30~16:45〕

会 場 港区立商工会館 研修室(港区海岸1-7-8 Tel 03-3433-0862)

定 員 30名(定員に達し次第締め切らせていただきます)

受講料 2日間：38,000円〔第1日目(9月1日)のみ参加：20,000円〕



担当講師 上 篤 うえあつし

上級産業カウンセラー／キャリアカウンセラー(CDA)
慶応義塾大学法学部卒、筑波大学院修士課程カウンセリング専攻修了。セイコーインスツルメンツ(SII)人事部長、SII教育センター社長、大手前大学キャリアデザイン学科教授を歴任後、ウエ・コンサルタンツ代表、ウエ・キャリアカウンセリング研究所長として「カウンセリングによる個人の自立と組織の共生」を目指す。

〈主催〉

株式会社社員教育研究室
107-0052 東京都港区赤坂2-8-14-804

〈共催〉

株式会社リカレントキャリア
160-0022 東京都新宿区新宿3-1-13

お問い合わせ・お申込みは (株)社員教育研究室(担当:坂巻)まで

Fax 03-3583-5190 Email sakamaki@nyc.odn.ne.jp

詳細は参加申込書をご覧ください