

心の勉強会

上手に伝える

アサーション・ トレーニング



伝えにくい気持ちや考えを他者に伝える時、どうしていますか？

伝えられずに後からもんもんとしたり、押し込めた気持ちが思わずきつい言葉になったり…。だれだって、そんな経験があるかもしれません。

正解はありませんが、テキストに沿って一緒に考え、練習してみましょう。

R3年6月2日(水)～7月14日(水)

13:30～15:00 (全7回)

参加希望
