

## 元気が出る人間関係の鍵

～家庭・職場・地域で役立つアサーション～

(自他尊重の自己表現)

講師： **平木 典子 氏** 臨床心理士・家族心理士



自分の思いを我慢せず、きちんと伝えられていますか？  
相手の思いをきちんと受け止め、聴くことができますか？  
相手も自分も大切にする自己表現ができれば、周りの人との関係も  
変わってくるかもしれません。

\*アサーションとは、相手の考えを尊重しながら、  
対等に自己主張をしていくコミュニケーションの方法です。

日時： **2018年 3月 4日 (日)**

**午後 2時から 4時** (受付開始 1時半)

会場： **ハートピア京都 3階大会議室**

(京都市中京区竹屋町通り烏丸東入る／市営地下鉄烏丸線丸太町駅徒歩 1分)

<http://heartpia-kyoto.jp/> \*駐車場無

**入場無料  
申込制  
定員 200名**

\*終了後、第41期相談員募集についての説明会を開催します。

ご興味のある方は、是非ご参加ください



お申し込み・お問い合わせは

社会福祉法人 京都いのちの電話 事務局(9:30～17:30 日祝休)

TEL. 075-864-1133 FAX .075-864-1134