

埼玉県女性キャリアセンター「働く女性応援講座」  
コミュニケーションスキル（アサーション）

<日時>

2020年11月18日（水）13:00～16:00

<場所>

With You さいたまセミナー室

<対象>

県内在住または在勤で、現在働いている女性

※中堅社員、管理職候補を想定した講座内容となります。



<主催>

埼玉県

埼玉県経営者協会

<講座の概要>

アサーティブコミュニケーションを通じて、上手な自己主張の方法を学び両行な人間関係の構築を目指す。

- ・アサーティブとは
- ・アサーティブの特徴
- ・アサーティブに伝えるためのポイント
- ・アサーティブに行動するための依頼
- ・アサーティブコミュニケーションチェック
- ・ネガティブな感情への対処方法

<講師プロフィール>

**内田ひとみ**

株式会社 HUGRES（ハグリス）代表取締役

国家資格キャリアコンサルタント・キャリアコーチ

結婚退職後 10 年弱の子育て専業期間を経て

キャリアコンサルタントとして再就職。

大手人材会社 2 社にて 15 年以上にわたって、1 万人以上のキャリア相談や転職サポートに従事してきた。

自らも管理職として 女性のキャリア支援やミドル世代の働き方改革、UI ターンの促進など様々な新規事業の企画提案や事業運営、プロジェクト推進などに携わった。独立し起業した現在は中小企業における女性リーダーの育成、中間管理職のスキルアップや採用支援などに取り組んでいる。