

# アサーショントレーニング

セミナー

～自分らしい生き方～

自分の気持ちを話す力、相手の話を聞く力…  
どちらもコミュニケーションには大切なもの。  
お互いを思いやったより良い関係になるよう  
アサーション（自己表現）力を身に付けましょう。

- 持ち物／筆記用具
- 参加には事前のご登録・お申込が必要です。



若者サポートステーション石川