

明治安田こころの健康財団 YouTubeセミナー

# アサーション

## —自他相互尊重のコミュニケーション—

創価大学大学院 教授

園田 雅代 先生



### 【略歴】

東京大学教育学部教育心理学科卒業、東京大学大学院教育学研究科教育心理学専攻修士課程修了、玉川大学文学部助手、講師、助教授を経て現職に至る。

カウンセラーとしては、東京医科大学八王子医療センター小児科、野ロクリニック(精神科)、東京大学大学院教育学研究科心理教育相談室、フェリス女学院大学学生相談所、東京都公立中学校、神奈川大学ハラスメント相談室などでカウンセリングの経験を経て現在に至る。

### - 講師コメント -

アサーションという言葉をご存知ですか？

自分を大切に、同時に相手のことも大切に行うコミュニケーションのことです。

このコンテンツでは、アサーションについてなるべく分かりやすく、皆さんに興味関心をもっていただけるような、また、日常のご自分のコミュニケーションと照らし合わせて受け止めていただけるようにお話をしています。もしよろしかったら、ご覧ください。何卒よろしくお願いたします。

### 配信日時

令和7年 1月1日(水) から 1月30日(土)まで

### 備考

・本講演の録画・録音・撮影、および資料の2次利用、詳細内容のSNSへの投稿は固くお断りいたします。これらの行為が発覚次第、著作権・肖像権侵害として対処させていただくことがございます。

・動画視聴に必要な通信料は、視聴される方のご負担となります。

### 配信方法



所沢市こころの講座

所沢市HPのリンクからアクセスしてください



※所沢市は明治安田生命保険相互会社と健康づくりにおける連携・協力に関する協定を結んでおります。

所沢市こころの健康支援室

主催：所沢市

共催：(公財)明治安田こころの健康財団

後援：明治安田生命保険相互会社

04-2991-1812