



第3回聖徳大学心理教育相談所主催シンポジウム

# 現代社会をしなやかに生きる

～アサーションいろはかるたで学ぶ～



**日時** 2013年11月30日(土) 13:00~15:00

**会場** 聖徳大学生涯学習社会貢献センター(聖徳大学10号館)12階

〒271-0092 千葉県松戸市松戸1169 JR常磐線・新京成線「松戸駅」下車、東口徒歩1分

**定員** 60名(事前申し込み不要)

**後援** 松戸市教育委員会、柏市教育委員会、市川市教育委員会、取手市教育委員会

参加費  
**無料**

日常生活の中で、言いたいことを我慢しすぎて体調を崩した、逆に怒りを爆発させて気まずい思いをしたというような経験は、誰にでも心当たりがあるのではないのでしょうか。

アサーティブネスとは、自分も相手も大切にしたい自己表現を意味しています。率直な自己表現は、自分が納得するだけでなく相手にもさわやかな印象を与えます。

このシンポジウムでは、私たちのアサーティブネスに関する研究結果の一部をご紹介しますとともに、アサーティブネスを学ぶために作成した「かるた」を使って、実際に楽しみながらアサーティブネスについて学びたいと思っています。

**内容**

第I部 成人期のアサーティブネスについて

- ①アサーティブネスとは
- ②研究の概要とかるた作成の経緯

第II部 かるたを使って

アサーティブネスを理解しよう

**シンポジスト**

- 菅沼 憲治 (聖徳大学心理・福祉学部心理学科長)
- 長田 由紀子 (聖徳大学心理・福祉学部教授)
- 白崎 けい子 (聖徳大学心理・福祉学部教授)
- 関口 由香 (聖徳大学心理・福祉学部講師)
- 伊波 和恵 (東京富士大学経営学部准教授)

お問い合わせ ▶▶▶

**聖徳大学心理教育相談所**

〒271-8555 千葉県松戸市岩瀬 550

電話：047-308-3887

URL：http://www.seitoku.ac.jp/kenkyujo/sinri/

