

職場の **コミュカ** ^{りょく} **UP** ^{アップ} ↑ **講座**

職場で自分の気持ちや考えを上手く伝えられていますか？不安になることや混乱してしまうことはありませんか？上司や同僚とのコミュニケーションは職業生活を送る上で大切なことです。職場での色々な場面を想定して、仲間と一緒に練習しながら、コミュニケーション力に磨きをかけましょう☆彡



日にち：7月～12月 詳細は下記（施設行事等で変更になる場合があります）

時間：10：00～12：00

場所：つくばライフサポートセンターみどりの

講座：全8回（全講座に参加できなくても大丈夫です）

テーマ：今年度は、各参加者の目標を設定してもらい、職場でのコミュニケーションが円滑になるようロールプレイや問題解決スキルトレーニングを行います。

- 第1回 5月7日（土）
 - * 長期目標・短期目標の設定、SSTの説明（挨拶の仕方）
- 第2回 6月11日（土）
 - * 相談の仕方
- 第3回 7月9日（土）
 - * 断り方
- 第4回 8月13日（土）
 - * 忙しい人への質問の仕方
- 第5回 9月10日（土）
 - * 休んでしまった後の挨拶
- 第6回 10月8日（土）
 - * 電話対応
- 第7回 11月12日（土）
 - * 会話の続け方
- 第8回 12月10日（土）
 - * 疲れしない人付き合い 一年の振り返り



参加希望の方は、下記の連絡先にご連絡ください。

メールで随時、SSTの案内をお送りしますので、出来るだけ参加希望もメールでご連絡をお願い致します。

☆申込み☆ 電話：090-3808-6926

メール：lsc6926@softbank.ne.jp