

科目名: アサーション(コミュニケーション技法)		科目コード	HA71
科目主査: 末崎 裕康		単位	2
担当講師: 恵志 泰成、佐藤 明香、 末崎 裕康、永山 祐輔		配当年次	2
授業の目的と概要	グループワーク: <input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし	個人ワーク: <input checked="" type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	カマ・マイクの必要性: <input type="checkbox"/> 必須 <input checked="" type="checkbox"/> 望ましい <input type="checkbox"/> 不要
<p>アサーションとは、「自己の意見、考え、欲求、気持ちなどを率直に、正直に、かつ相手の人権に配慮し、その場の状況に合った適切な方法で表現するコミュニケーション」の方法です。自分だけが我慢をする、あるいは相手だけが我慢をする、といった一方通行な関係では、どこかでゆがみが生じ、円滑なコミュニケーションが成り立たなくなります。本科目では、「相互尊重のもとに自己表現する」というアサーションの考え方を理解し、テキストでトレーニング学習を行いながら、ビジネスなどの実践の場において円滑な人間関係を築くための自己表現スキルの習得を目指します。</p>			
履修の前提となる科目	<input type="checkbox"/> あり <input checked="" type="checkbox"/> なし	科目名:	
履修の前提となる知識 その他特記事項	<p>事前にテキストを熟読しておくこと。わからない点や理解しづらかった点があるときは、メモしておくなどして、授業内で質問できるようにしておきましょう。心理学、コミュニケーション論、人間関係を学ぶ心理学を事前に履修していると理解が深まります。</p>		
テキスト	<p>①『さわやかな人間関係をつくるアサーション』平木 典子(監),産業能率大学、②『自己表現力をつけよう』平木 典子(監),産業能率大学、③『対人関係に自信をもとう』平木 典子(監),産業能率大学</p>		
この科目の到達目標	<p>①アサーションとは何かを理解し、相互尊重を基本とした円滑なコミュニケーションを行うために必要な知識を身につけることができる。 ②提示された状況を把握した上で、言語的ものに加え非言語的なアサーションの要素も踏まえながら表現を工夫することができる。</p>		
成績評価の方法	<p>1日目授業終了後の課題と、最終試験を評価対象とします。いずれもiNetCampusで実施します。</p>		
事後学習	<p>アサーションは、単に理論やスキルを憶えればよいというものではなく「こころのアサーション」があってこそ発揮できるものです。スクーリングの2日間を土台にして“日常でどう実践するか”が重要になります。2日間で得たものを日常生活で活かすことができるようになるために、「こころのアサーション」に直結する合理的信念を育てる努力を惜しまずに行ってください。</p>		
事後学習の参考文献	<p>『改訂版アサーション・トレーニングーさわやかな自己表現のために』平木 典子,金子書房,2009年 『アサーション・トレーニングー自分も相手も大切に自己表現』平木 典子,至文堂,2008年 『図解 自分の気持ちをきちんと伝える技術 人間関係が楽になる自己カウンセリングのすすめ』平木 典子,PHP研究所,2007年</p>		
<p>スクーリング受講時に用意するもの <input checked="" type="checkbox"/>テキスト <input checked="" type="checkbox"/>筆記用具</p>			