

自分も相手も大切にする コミュニケーション～ アサーションを学ぶ

自分も相手も大切にする自他尊重の表現＝アサーション。

自己表現の改善だけでなく、自分らしい生き方の確認、互いを大切にしたい関係形成や
集団や組織におけるハラスメント（人権侵害）防止にもつながります。

学生のみなさんも教職員も、多様性の時代に協働するために必要な

「アサーション」について学び、豊かなキャンパス・コミュニティを創造しませんか。
今回、日本におけるアサーションの第一人者である平木典子先生にお話をいただきます。

講師 平木典子先生

（日本アサーション協会代表、家族心理士、臨床心理士）



津田塾大学英文学科卒業。ミネソタ大学大学院教育心理学専攻修士課程修了。
立教大学カウンセラー、日本女子大学人間社会学部心理学科教授、跡見学園女子
大学 臨床心理学科教授などを経て現職。

主な著書に『新・カウンセリングの話』（朝日新聞社）、『カウンセリングスキルアップ
のコツ』（金剛出版）、『アサーション入門』（講談社現代新書）、「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」（日本・精神技術研究所）、『言いにく
いことが言えるようになる伝え方ー自分も相手も大切にするアサーション』（ディスカ
ヴァー携書245）など多数。

日本アサーション協会ホームページ：<https://www.japan-assertion.jp>

対象 本学学生・教職員

オンデマンド配信期間

2024年3月25日（月）～5月31日（金）



視聴URL

<https://doshisha.ap.panopto.com/Panopto/Pages/Viewer.aspx?id=7d2a49cd-b766-4036-a6cb-b11f00437435>

伝えづらいことを
爽やかに伝えたい
つい本音を押し殺して
我慢してしまう、
そんなあなたにおススメ！



問合せ先：同志社大学倫理審査室事務室

TEL.075-251-3158

ji-rinri@mail.doshisha.ac.jp