Seminar – Assertiveness for Business

May 22 & June 26, 2020

Introduction	13:30 20'	• Welcome & Tech check • Introduction of 7Seas / Facilitator • Introduction of Guests	• ようこそ&テックチェック • セブンシーズ/ファシリテーターの紹介 • 参加者の自己紹介 Guests role: intro name / company & reason for coming

Warm-up	13:50
	10'
		• Warm-up / Icebreaker
		  • An example of online workshop icebreaker
			• ウォームアップ/アイスブレーカー
			  • オンラインワークショップのアイスブレーカーの例
			Guests role: Participate in warm-up to experience 7Seas style

Program Overview	14:00 20'	• Discussion: What do you want people to achieve in this training? • What 7 Seas is trying to achieve (Benefits) • 7 Seas training approach • What key things to look for in the demo	• ディスカッション：何をこのOnline 研修の成果としたいか？ • セブンシーズのOnline研修が目指すもの • セブンシーズのトレーニングの特徴 • 今日のデモセッションのキーポイント Guests role: Share ideas on expectations & needs

Demonstration	14:20
	80'
		• What is 'Assertiveness'?
		• Assertive rights
		• Communication styles (Passive-Assertive-Aggressive)
		• Self-assessment
		• Assertiveness in Business
		  • Pushing back and Saying 'No'
		• Explanation of other areas of Assertiveness
			• アサーティブとは？
			• アサーティブは権利である
			• コミュニケーションのスタイル（受け身・アサーティブ・攻撃的）
			• セルフアセスメント
			• ビジネス現場でのアサーティブ
			  ・「No」と言い丁寧に断ること
			• アサーティブの別の側面
			Guests role: Participate to experience 7Seas style

Q & A	15:40 20' 16:00	• Review / Comment on Demonstration • Discussion of customizable/extension areas • Q & A from Guests	• デモのレビュー/コメント • ディスカッション：実際に実施する際のカスタマイズ等について • 質疑応答

Copyright ©Seven Seas Co., Ltd.