

さわやか自己表現講座

日 時：2010年6月12日（土）開講
午後1時30分～3時30分
会 場：セミナールーム1

アサーティブネスの理論を学び、その理論を踏まえた実践的ワークショップ等を実施した。講座終了時には、自分も相手も大切にコミュニケーションを会得し、仕事や地域活動・家庭生活における女性たちのエンパワメントを図った。特記事項として、4月の市民交流事業から発展させた講座であり、一部の受講生ではあるが受講のきっかけとなった。

開講日／6月12日、7月10日、8月7日 土曜全3回

講 師／清水きよみ（春日井市役所男女共同参画課相談員）

受講者数／述べ59人（女性 59人、男性 0人）

受講料／ 900円



ご意見ご感想をいただきました

- ・“自分の気持ちを伝える”と言うと、簡単そうですが、いざ行動しようとする、まわりの反応を気にしたり、何て言おうか考えてしまったり…。またそれ以前に、自分の気持ちの本質がわからなかったりもしている。自分の気持ちを見つめ直すことのきっかけにもなりました。アサーションをもっと学んでみたいくなりました。
- ・とても勉強になりました。もっと深く知りたくなりました。私は理解が遅いから、まだ雲をつかむような所もありますが、もう少し自分なりに勉強してみたいくなりました。ありがとうございます。
- ・自分の今の状況がよくわかり、話し合うことでより理解できることも多かったので、感謝の気持ちでいっぱいです。
- ・これまで、様々な講座を受講しましたが、受けたことのないような内容で新鮮だったし、今後の人生においてとても為になりました。講座数が3回で月1回というのが残念でした。



プランなごや 21

目標 3

男女平等・男女の自立のための意識改革



NPO法人参画プラネット

名古屋市男女平等参画推進センター 指定管理者
NPO法人参画プラネット