

男女共同参画推進講座

対話力を広げる「伝え方」トレーニング

～家庭でも！職場でも！覚えておきたい アサーティブ～

2回
講座

伝えたいのに言えない。言ったあとにモヤモヤしてしまう。そんな経験はありませんか？

この講座では、自分も相手も大切にしながら思いを伝える「アサーティブ」な伝え方を学びます。「依頼する」「断る」「ほめる」など、日常でよくある場面を取り上げ、やりとりを体験しながら、気持ちを伝えるコツをつかんでいきます。話しにくいことも、自分らしく伝えるためのヒントがきっと見つかります。

第1回

10/5 日

13:30
～15:00

相手に届く アサーティブな「依頼」の伝え方

アサーティブとは？／依頼の伝え方を体験／自分も相手も大切にする考え方とスキル

第2回

10/19 日

13:30
～15:00

アサーティブに「断る」「ほめる」 で広がる対話力

第1回のふりかえり／断り方とほめ方を体験／コミュニケーションの権利

〈会 場〉

男女平等推進センター(アクト21)
3階 第1会議室

定 員：会場25名

オンライン(ZOOM)30名 申込順

対 象：区内在住・在勤・在学者/テーマに
興味がある方

その他：会場参加：ワークショップあり

参加無料



NPO 法人アサーティブジャパン

お お い け ん じ

講師 大井 健司 さん

北海道生まれ。2児の父親。大学院卒業後、外資系企業に勤務。勤務中、約4か月間の育児休暇を取得し、ワーク・ライフバランスや男女の雇用のあり方に対する価値観の転換を体験する。現在は関東の外資系企業の人事部に勤務。多様性を生かした人材開発、組織開発を可能にするコミュニケーションとはどのようなものか？を実践を通して探りながら、アサーティブジャパンの認定講師としても活動中。

▶申込・問合せ

〈お申込み方法〉9月1日(月)より受付開始

◎お電話での申込

街活性室株式会社東京オフィス 講座事務局
080-4741-5687 (9時～17時・土日祝除く)

*申込時に収集した個人情報については、本事業の目的以外には使用しません。

*荒川区は、講座・講演会の実施を街活性室株式会社に委託しており、申込は委託業者にて受け付けております。



荒川区公式シンボルキャラクター
あら坊



↑
申込みフォーム

主催：荒川区