

アサーティブ・トレーニング研究会へのお誘い

アサーティブとは自分も相手も大切にしながら、自分はどう感じているのか、どうしたいのか、何が必要なのかを、自分にも相手にも誠実に、率直に、対等に伝えるコミュニケーション方法のひとつです。

連ではこれまでアサーティブ・トレーニング（AT）を活動の中心にしてきました。ATの講師として自治体の講座を担当したり、AT研究会でトレーナーの研鑽を積むなかで、ATの考え方や技法を学び、トレーニングを体験することが女性たちを元気づけ、前向きに生きるひとつのきっかけになることを実感してきました。そこで皆さまにもぜひアサーティブ・トレーニングを体験していただき、日々の活動に役立てていただきたいとAT研究会を企画いたしました。ぜひご参加ください。

募集要項

この研究会では、ATトレーナーとしての成長を目指してATを実践しています。参加メンバーでトレーナー・発題者など役割を交替しながら、実際にATを行います。その後、ロールプレイの部分を逐語記録し、全員でふりかえり、トレーナーとしての言動が適切であったか、どうすればよかったかなどの検討を行います。

対象：ATを体験してみたい方、またはATの勉強をされていて、今後トレーナーをやっていきたくて思っている方。トレーナーは体験せず、発題者（自分のケースを提出する人）または参加者としてのみの参加も歓迎します。

【日 程】 月1回全6回 日曜日 13:00～15:00

6月24日 7月22日 9月16日 10月未定 11月未定 12月未定

【会 場】 町田市民フォーラム 3階 活動室

【費 用】 無料

【託 児】 なし（お子さんを連れての受講はできません）

【申込・問合せ】 e-mail ren@ryoya.net

特定非営利活動法人



ウィメンズ・サポート・オフィス



<http://www.ryoya.net/ren/>

e-mail ren@ryoya.net

アクセス

町田市民フォーラム

住所：〒194-0013 東京都町田市原町田4丁目9番8号 （サウスフロントタワー町田内）

小田急線町田駅より 徒歩約8分

JR 横浜線町田駅より 徒歩約5分

町田バスセンターより 徒歩約8分

町田バスターミナルより 徒歩約2分

