

気持ちを伝えよう 女性のための アサーティブ・コミュニケーション講座

相手の顔色ばかりをうかがったり、
その場の雰囲気や考えを壊すのを心配したりして、
自分の気持ちや考えを伝えることをあきらめてしまっていないか？
この講座では、自分の気持ちを大事にして、率直に相手に伝えることを、
セミナーとロールプレイで学びます。

講座

日時 いずれかのコースをお選びください。お申込は8月6日（月）から。

**参加費
無料**

平日コース 9月11日（火）・12日（水） 託児締切：9月3日

土日コース 10月27日（土）・28日（日） 託児締切：10月18日

いずれも13:30-16:30 各コース2日間連続講座です。

講師

叶内 妙子氏
ウィメンズカウンセリング いずみ

会場

エル・ソーラ仙台
(アエル28階)

対象

コミュニケーションで悩んでいる
女性・15名

託児

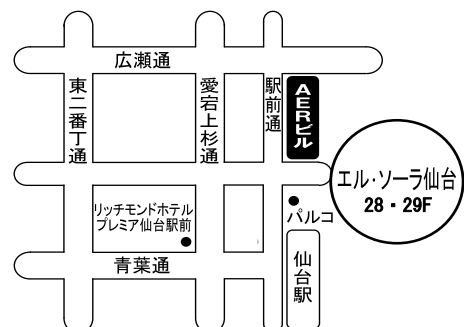
要申込・先着順。6か月～小学1年生まで
利用料:お子さん1人につき300円/1回

申込・問合せ

仙台市男女共同参画推進センター
エル・ソーラ仙台 相談支援係
TEL 022-268-8302

HP <http://www.sendai-l.jp/> からも申し込めます。

主催 仙台市・(公財) せんだい男女共同参画財団



※エル・ソーラ仙台では、個別の相談に応じています。現在、相手との辛い関係の渦中にある方は、まずは女性相談（面接・電話）をご利用ください。講座の内容は、攻撃的な相手の態度を変えるためのものではありません。
※申込の際にいただいた個人情報、講座の受付簿作成にのみ使用します。