

初めてのアサーティブ コミュニケーション

「わたし」を大切に する 伝え方講座

様々な経験から、日々のコミュニケーションに難しさを感じている方向けの、初めてのアサーティブコミュニケーション講座。自分が感じている本当の気持ちを発見し、安心安全な場で、自分の気持ちを大切にしつつ相手に伝える方法を学びます。

2025 / 6/3、6/10、6/17 いずれも (火)
13:00~15:00

講師 **小柳 茂子** さん

相模女子大学名誉教授 臨床心理士 公認心理師

対象：全3回参加できる30代までの女性
(※全回参加が難しい場合はご相談ください)

定員：20人

保育：あり (5か月~就学前/要予約/先着順)

参加費：無料

会場：世田谷区立男女共同参画センターらぶらす研修室

申込：5月1日(木)10:00から、電話、FAX、またはらぶらすHPの申込フォームから受付
※FAXの場合は、①講座名 ②氏名 ③電話番号 ④保育の有無 (保育希望の場合は子どもの名前・年齢・住所) を明記してください。



申し込みの際にいただく住所、氏名、電話番号等の個人情報は、参加者名簿の作成、キャンセル待ち登録名簿の作成、および必要な場合の連絡以外の目的には使用しません。

問い合わせ

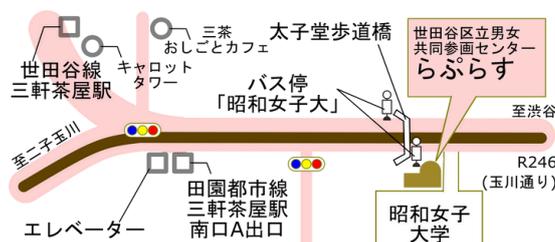
世田谷区立男女共同参画センターらぶらす

〒154-0004

世田谷区太子堂1-12-40 グレート王寿ビル3~5階

電話 03-6450-8510 FAX 03-6450-8511

らぶらすHP <https://laplace-setagaya.net/>



【電車】東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅下車徒歩7分
【バス】東急バス・小田急バス「昭和女子大」下車
小田急バス (駒沢陸橋~北沢タウンホール) [三軒茶屋] 下車
※駐輪場のご利用を希望される方は、らぶらすまでお問合せください