



「2017年秋のAT」

自己主張トレーニングは、  
自分も相手も尊重したコミュニケーションのスキル  
と考え方を身につけるためのトレーニングです



# 自己主張 トレーニング

- ・人に頼まれると断れない。
- ・相手に合わせてしまう。
- ・いつもいいトをやってしまう。

- ・上手く断れない。
- ・自分の言いたいことが  
きちんと言えない。
- ・感情的になってしまう。
- ・最初からあきらめている。
- ・コミュニケーションが苦手

「自分の言いたいことを、  
きちんと言えようになりたい」

そんなあなたに  
受けてもらいたい講座です

日程：2017年 10/27 11/10 11/24  
12/8 12/22 1/12  
(全6回 金曜日)

時間：10：00～12：00

料金：15,000円(税込み)

たまねぎ会員は13,000円

場所：フェミニストカウンセリング堺 講座室

講師：加藤 伊都子・中川 和子

(学会認定 フェミニストカウンセラー)

申し込み 問い合わせ先

Tel 072-224-0663 Fax 072-224-0979

E-mail: fcsakai@gold.ocn.ne.jp

〒590-0077堺市堺区中瓦町1-1-4辻野ビル2F

