

“自分に自信が持てた”と一人ひとりが笑顔に アサーティブネスで男女共同参画の一步を

首都圏近郊に位置する、とある市の男女共同参画推進の
ご担当者様にお話をうかがいました。



講座を企画されるにあたり、
日ごろ苦勞されている点は
どんなところですか

男女共同参画社会の実現という大きな
目標の達成を目指す中で、いかに市民ニー
ズに即した内容を提供できるか、毎回頭を
悩ませています。

「アサーティブネスの講座にしよう」
と思われたきっかけを
教えてください

これまで実施してきた講座の参加者か
ら、自己表現講座のような内容を期待する
声があったことがきっかけです。また、近
年女性の社会参画がますます求められて
いる中で、アサーティブネスは、特に女性
にとって、とても必要で大切なスキルだと
考えお申し込みしました。

数ある研修会社の中からアサー
ティブジャパンを選ばれた理由は
为什么呢

依頼させていただくにあたり、アサー
ティブネスの内容を企画した幾つかの自
治体に問合せたところ、多数の実績があ
り、信頼がおけると考えられましたのでお
申し込みしました。

また、ホームページも丁寧に作られてお
り、拝見する中で具体的な講座のイメージ
がつかめたこと、ご相談に乗っていただく
中で、スムーズで誠意あるやりとりに、そ
の実感を得ることができたことも、依頼さ
せていただいた理由です。

今回の講座を
開催するにあたり、
期待したことはなんでしょうか

これまで、講座へ参加してくださる方々
は中高年層が多く、年齢に偏りがあり、課
題の1つとなっていました。

実施した会場周辺は駅に近く、新たに開
発が進んでいる地域であり、コミュニケー
ションスキルを必要としている若い方に
もぜひ参加していただけたらと考え、期待
していました。実際に募集を開始したと
ころ、いつもよりも若い方からの反応が多
かったので非常に手ごたえを感じました。

結果的には、普段なかなかご参加いた
けない、子育て中のお母さんや10代の学
生さんにも参加していただくことができ
ました。

実際に開催してみて
受講者の反応はいかがでしたか

2日間の日程でしたが、アンケートか
らは参加者それぞれに得るものがあった
様子がうかがえました。中でも“自分に自
信が持てた”という内容が多く寄せられ、
講座終了後の表情が、皆ぱっと明るくなっ
て見えたことが収穫であり、担当者として
も大変嬉しく思いました。

ご担当者様自身、
講座を終えられてどのような
ご感想をお持ちですか

15年程前から、アサーティブという言
葉は耳にしていたましたが、長い期間をかけ

て習得しなければならない難しい技能と
いう先入観がありました。

しかし実際に依頼させていただき、2
日間という限られた時間の中で、当初の目
的を十分に達成することができたと感じ
ています。これは、トレーナーの方の力量
も大きかったと思います。

今回は定員を上回る申込みがあり、期待
通りに子育て期の女性や10代の方も関心
を持って参加していただきました。

また、参加者は女性が占めるのではない
かと考えていましたが、中高年の男性の顔
も見られ、幅広くコミュニケーションスキ
ルが求められていることを実感しました。

改めて、大変信頼のおける団体にお願
いできましたことを感謝しております。

ありがとうございました。

データ

- ▶ 対象者：一般市民
- ▶ 人数：30名
- ▶ 時間：2時間の2回連続講座

講座の主な内容

- | | |
|-----|---|
| 1回目 | <ul style="list-style-type: none">● アサーティブネスとは？● コミュニケーションの4つのパターン● 自分らしく生きるための権利 |
| 2回目 | <ul style="list-style-type: none">● 伝えてみよう自分の気持ち● 率直に頼む・断る |