

2019年~2020年

コミュニケーションカフェ ~アサーティブに語ろう!~

日常生活でうまく伝えられなかった気持ちや思いを語り合ってみませんか。

アサーティブは、自分も相手も大切にしながら前向きに率直に、自分の気持ちを表現するコミュニケーションです。

1. 日にちとテーマ

12月28日(土)

相手の言葉に耳を傾ける

1月25日(土)

怒りの伝え方のポイント

毎月 **第4土曜日 13:30~15:00**

2. 場 所 秋田市 中央市民サービスセンター
(秋田市役所3階)

3. 対 象 コミュニケーションに関心のある方

4. 定 員 各回 20名

5. 参加費 お茶代 100円

6. 申し込み先 ☎018-888-5650

秋田市 生活総務課 女性活躍推進担当

7. 問い合わせ あきたAT(アサーティブ・トレーニング)研究会
akitaat2012@yahoo.co.jp