

“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。



Q 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。

Q 「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
考えお願ひしました。

Q 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
願ひしました。

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。

Q 今回の講座を
開催するにあたり、
期待したことはなんですか

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。

Q 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。

Q 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ひ
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 | ● 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 | ● 伝えてみよう自分の気持ち
● 率直に頼む・断る |