

ワークショップ2017
自己尊重トレーニング 全3回

“わたしを大切にする”ってなあに？

「私ってやっぱりダメだ」

「変わりたくても自分には無理」

「他の人はどう思っているんだろう」

自分に自信が持てず、人の評価ばかり気にしてしまう。
他人の感情に焦点をあて、自分の感情や考えを抑え込み、
孤立しがちな女性たち。

ワークショップでは、女性が持ちやすい物事の捉え方や行動のパターン、
その背景にあるジェンダーによる縛りや社会構造について学び、自分自身
を信頼して、価値ある存在として認めるために必要な視点を学びます。

日 程 <全3回>

- ① 11月11日(土) 13:30~15:30
- ② 11月25日(土) 13:30~15:30
- ③ 12月9日(土) 13:30~15:30

講師：中川 浩子さん

(日本フェミニストカウンセリング学会理事
・臨床心理士)

- ◎会場：郡山市男女共同参画センター 集会室
- ◎対象：県内の女性支援に関わる方、また、関心のある方（女性に限る）
- ◎定員：20名（但し、全て受講できる方優先）
- ◎参加費：無料 ただし、資料代として1,000円（3回分）がかかります。
- ◎託児あり 1人300円 <参加申込書記入欄にてお申込み下さい>

☆ 参加申込方法：裏面の参加申込書にてお申込み下さい

主 催：NPO法人ウィメンズスペースふくしま

共 催：郡山市男女共同参画センター

○福島県男女共生センター「男女共生を進めるための県民企画応援事業」採択事業