

エンパワーメント講座をご存じですか？

今年も5月下旬から開催します。ぜひ、ご参加を！！

講座を受けて何かが変わるのかな？ 難しくないかな？

そんな疑問にお応えできるように、ぶっく★まーく編集スタッフが受講経験者にお尋ねしてみました。

質問

- (1) 受講のきっかけはどのような時、どのようなことからですか？
- (2) 受講により自身で変わったと感じるのはどのようなことですか？
- (3) 特に印象に残っていることはどのようなことでしょうか？
- (4) 学んだことをどのように活かしていますか？
- (5) ぶっく★まーく読者のみなさまへのメッセージをお願いします。



エンパワーメント講座風景



「男女共同参画とは？」
という基礎から学べます。



ワークショップなどを通して
今まで気づかなかった自分がみえてきます。

★ひかるさん (初回受講 2012年)

- (1) 子育ても少し落ち着き、色々な出会いや体験をしてみようと思い受講しました。
- (2) 人付き合いが苦手でしたが、受講後は積極的に話しかけられるようになりました。
- (3) 講座の先生たちが明るく楽しくお話しされ、受講者たちが勉強熱心であることです。
- (4) 共感を得たアドバイスは子どもに教えたり、職場で実践したりしています。
- (5) センターの講座は、市民または市に通勤、通学している人なら誰でも参加できます。受講していろいろな話を聞いてみると楽しい発見がありますよ。

★じゅんこさん (初回受講 2011年)

- (1) 広報たかつきを読んでいて「エンパワーメント講座」という文字が目に入りました。何だか分からずでしたが、直感で「受講しよう！」と思い申し込みしました。
- (2) 夫が急死して5年余り、人との関わりができなかったのですが、受講中に夫が亡くなった話をしたことで、以前の自分に近づけたと感ぜられるようになりました。
- (3) 「自分自身の可能性に気づいていますか？」の講座時に、自分が思っている自身のタイプと、分析してみて分かった自分のタイプが新たに分かり、新しい自分発見ができたことが印象に残っています。
- (4) 今までの自分と新たに発見できた自分を共有させて、活かしていることです。
- (5) 自分自身で行動を起こしてみたい！
心を一歩踏み出せば、きっと自分が知らない自分に、巡り会えますよ！

★はるえさん (初回受講 2011年)

- (1) 今の状態を変えられたらいいなあ、生きやすい自分になれたらいいなあと思って。
- (2) (4)のようなことを理解しつつも実践は難しく「変われてない自分があるかなあ」と感じた時は立ち止まってみます。すると、いつも努力を続けている自分があることに気づきます。
- (3) 受講者の方とのワークでいろんな考え方があるのだなと感じ、自分の価値観や思い込みが大きかったことに気づかされました。
- (4) 自分の価値観や思い込みを横に置いて周りや自分を見る様にしたり、相手の話を聴けるように意識するようになりました。
- (5) 気づきや刺激を持って帰ることができると思います。また良いご縁をいただきました。

※ぶっく★まーくに関する問い合わせ先

高槻市市民生活部
人権・男女共同参画課
担当 森・大藤まで
電話 072-674-7575

男女共同参画センターでは年間を通して様々な講座を開催しています。講座受講で新しい発見や出会いを見つけてみませんか？

この「ぶっく★まーく」も、編集講座を終了したメンバーから編集スタッフが生まれ、今に続いているのです。

※現在スタッフを募集しています。本の好きな方のご参加をお待ちしています。(※▽)♪♪