

2024年5月26日から開催！

第2期

# 対話部

こんなはずじゃなかったのに…と、  
親・子ども・きょうだい・友人・恋人・家庭や職場などで  
言いたいことが言えなかったり  
望むような関係性が築けずにモヤモヤしたことは  
ありませんか？

今の状況や悩んでるだけの自分を変えてみたいあなた。  
もっと良い関係性を築きたい誰かがいるあなた。

NVC（Non-Violent Communication）という  
手法を使った「人と繋がる対話のあり方」を  
一緒に学んでみませんか？

詳しくは裏面へ！

主催・問い合わせ：小布施町立図書館（026-247-2747）



日程  
/場所

全5回 いずれも日曜日の13時～16時@小布施町立図書館 多目的室

① 5月26日、② 6月9日、③ 6月30日、④ 7月21日、⑤ 8月18日

対話を体感する 聴き方を知る ニーズを知る 固定観念を壊す 伝わる言葉を選ぶ

※プログラム内容に連続性があるため、全日程の参加を推奨します。

参加費

6500円（全5回＋特典付き）

※5/10までの早期割：6000円

※過去参加者の紹介割：5500円

（紹介者を申込時にご記入ください）

募集  
人数

12名

年齢不問

参加  
特典

以下の2点をもれなくプレゼントします。



←①対話部の基礎となる書籍のエッセンスを凝縮したオリジナルワークブック

②プログラム内でも活用する対話（ニーズ）カード→



講師  
紹介

「私たちがファシリテーターとして学びの時間をご一緒します！」



みかちゃん

小学校教員として働いたのち、カウンセラーとして起業独立。子育て中の保護者・教育関係者に個人セッションや各種講座を提供中。自分の内側の真実から生きたいという願いのもとNVCを探求中。



ひらり

キャリアカウンセラー/年子のこども達をワンオペ育児中に、NVCを用いた子育て講座に出会う。その後、ファシリテーターとして誰もが安心して自分にあるものをわかちあえる居場所を！と冒険中。



よっしー

飯綱町でまちづくり会社に勤務。6年前にNVCと出会い、周りに合わせた生き方から、自分のニーズを大事にした生き方へモデルチェンジ中。



アリカ

テラソ館長。先輩の勧めでNVCに出会い、早11年。2014年、国際集中トレーニング（IIT）受講以来、ワークショップでのNVC普及や非暴力的な対話を日常生活の中で探究し続けている。



よっちゃん

人生の岐路でNVCと出会い「子育ては身近な平和活動だ！」と希望を抱いたことをきっかけに日々奮闘しながら小さな対話の種まきに勤しむ。

申込  
QR

