

# 思いがわかる！ 伝わる！ ストレスフリーの コミュニケーション



～自分のこと、相手のこと理解できていますか？～



こんな思いがある人、ぜひご参加ください

話している相手に怖がられているような気がする。

自分は頼りないと思われるような気がする。

反応の少ない人には、どうも話づらい。

上司にはどうもうまく自分の思いが伝えられない。

どう伝えようかと思うと、言葉が出なくなる。

部下が自分の行っていることを理解していない気がする。

相手がどう思うかと考えると、何も言えなくなる。

相手が言ったことの真意が何なのか、考えてしまう。

【セミナーの内容】

ほとんどの人は苦手な人がいます。苦手と思うとさらにうまくコミュニケーションができなくなります。苦手な人がいる人は、その前に、自分とのコミュニケーションができてない事が多いのです。なので、周りとのコミュニケーションもなかなか思うように進まない。

自分とのコミュニケーションができているということは、自分が考えていることが、自分の中で明確になっているということ。自分の考えていることが明確になると、考えていることを的確に周りに伝えることができます。そうすると、周りからの支援も受けることができます。そして、自分の方からどんな人にもコミュニケーションを取ることに、一步を踏み出していけるようになるのです。

このセミナーでは、人のコミュニケーションの形を大きく4つに分け、その4つの組み合わせを自分がどのように持っているのかから学んでいきます。

自分の形がわかってくると、同時に相手のコミュニケーションの形も見えてきます。

自分と相手のコミュニケーションの形が作り出す、コミュニケーションの関係をさらに知ると、今二人の間で起こっている、コミュニケーションのストレス・摩擦・問題が見えてきて、どのようにしたらいいのかが分かってきます。

日時 = 9月23日(木・祝日) 10:00～16:30(受付9:40～)

場所 = 東京エレクトロンホール宮城(宮城県民会館)601大会議室

参加費:10,000円+教材費2,100円 再参加の方は、5,000円(教材はお持ちください)

持ち物:筆記用具、マイカップ \*飲み物とお菓子を用意していますのでカップをお持ちください。

【お申込み先】 COMFORT STYLE(澁川真希) TEL022-771-1088 FAX022-776-0421 または

お申込みフォームより <https://ssl.form-mailer.jp/fms/b72215bd106607>

ファシリテーター

## 遠藤 範子

国際コーチ連盟認定プロフェッショナルコーチ(PCC)

国土館大学 非常勤講師 有限会社ミューズ 代表取締役

チェンジザドリームシンポジウムファシリテーター

1999年: 15年勤務した派遣会社を辞め、派遣で働くスタッフのための

悩みの相談室「スタッフ・ケアサロン」立ち上げに参画

一年間に100件以上の相談にアドバイザーとして担当

2000年~コーチとして独立 経営者や起業家等のコーチ・企業研修を行う

2001年~有限会社ミューズ設立 代表取締役就任

2002年: 財団法人生涯学習財団 プロフェッショナルコーチ取得

2004年~国土館大学非常勤講師(人材マネジメント担当)

コーチングスキル・リーダーシップ・チームビルディングを指導

2005年: 国際コーチ連盟 認定プロフェッショナルコーチ取得

2007年: 米国CTI サーティファイド・プロフェッショナル・コアクティブコーチ(CPCC)取得

2008年: モントリオールで開催された世界コーチ大会でチェンジザドリームの分科会に参加

2009年~ボランティアでチェンジザドリームシンポジウムを開催し、ファシリテーターを担当



## ひとこと

私がこのセミナーに込めた思い・深いテーマは、

(自分も含めて) 苦手な人をなくそうよ。人を好きになろうよ!! ということです。



このことを自分のものにしていただくには、まず自分を知ることから。

自分のコミュニケーションの形を知るとなぜ今起きていることが起きたのかが分かってくる。

自分がわかり、今起きていることが分かってくると、相手や周りがわかり、どのようにすれば、周りに変化を起こせるのかがわかってくる。と思うのです。

コーチングの基本的な考え方をお伝えして、自分も含めて周りにいる人のコミュニケーションの

形を知ること、いま人間関係の中にあるストレスを少しでも軽くしていただけたらと思っています

### FAXお申込書

お名前

メールアドレス

@

参加者

初回参加

再参加

生年月日 (西暦)

年

月

日

ご住所 〒

-

当日の連絡先: 携帯電話番号