

## 2018年7月 NMC月例会報告

タイトル：「人間関係改善方法」

開催日：平成30年7月23日(月)18:30～20:15

会場：阿佐ヶ谷地域区民センター 第2集会室

懇親会は「鳥良」にて

講師：森田 公明氏（マインドアップアドバイザー）

参加者：14名(講師、会員13名)

内容：「人間関係を良くする魔法の方法9か条」を例を挙げながら、分かりやすく解説くださった。9か条は下記の通り。13人という、この様な講座には絶好の人数であった為、一方的な講義でなく、聴講者参加型の対話形式で進められ充実した楽しい時間であった。

9か条の中で、特に私達に欠けているのは、「認める」ではないか。能力があるから認める、という様に条件付きで「認める」のではなく、「丸ごと存在そのものを認める」ことが大事。

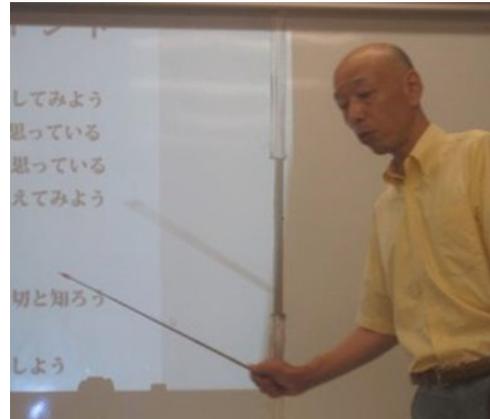
更に、「価値観は違うと理解」すれば、相手に苛立つことなく、良い人間関係を築いていける。懇親会では、他人より肉親との関係がより難しいとの意見も多くあった。



講師：森田 公明氏



司会；高橋、講師紹介；立川 外は猛暑、まだ、明るい窓



参加者に問い掛けがらの講演

本日の結果としてすぐに始めましょう。

1. あいさつをしっかりしてみよう
2. 人は認めて欲しいと思っている
3. 人は聴いて欲しいと思っている
4. アイメッセージで伝えてみよう
5. ほめてみよう
6. 共感してみよう
7. 使っている言葉が大切と知ろう
8. 自分を大切にしよう
9. 価値観が大切と理解しよう



会場風景 左列後より 小川(俊)、浅川、石村、内田、森、立川  
右列後より小高、細越、堀越、小池、小川(啓)、高橋、(写真 宮崎)