

イライラをワクワクに変える

コミュニケーションワークショップ

対立を創造的に解決しよう！

“対立”ってなんだかマイナスなイメージがありますよね。
我慢したり…傷ついたりしてしまうことも。

雑用ばかり押し付けけないでよ！？
自分でやれば？
上司にたまったウッポン言えないワタシ…

義母のくれる高級子ども服。
ありがたいけど同じ高額ならオーガニックの
環境にやさしいものがないな…モジモジ。

こんな身近な対立をテーマに、
参加者同士が話したり動いたりしながら、
人との関わり方を4回シリーズで学びます。
全講座を終えるときには、
今よりもっと“しなやかに”伝えられるあなたに♪
過去の開催はコチラ→<http://ameblo.jp/manalabo/>

お子様連れ可



3月ワークショップのひとコマ



相手の思いを聞いてみよう！

講師：清水千絵（ちえぞー）

NGOスタッフ、青年海外協力隊、中学校教師、石巻で復興支援、廃棄物マネジメントの会社とさまざまな職を務め、3年前に来仙し学校と国際協力をつなげる仕事を2年間務める。現在は育児奮闘中。ファシリテーション経験は10年ほど。地域にもっと笑顔を！そう思ったのはなんと7歳の時。
人・家族・地域・企業（組織）・国がもっとハッピーにつながっていく方法を考えることがライフワーク。

お申し込み（単発での参加も可能です）

E-mailもしくはお電話にて下記の内容を、「お問い合わせ先」までお知らせ下さい。

①お名前 ②携帯番号 ③メールアドレス④お申し込みの動機⑤（お子様連れの方）お子様のお名前と年齢

お問い合わせ

E-mail : chiesama0803@yahoo.co.jp

TEL:050-5307-4967

ご注意ください(必ずご一読ください)

お子様連れの参加を歓迎します。スタッフが一緒に遊ぶか、参加者のそばで過ごすか、適宜対応致します。ただし、「託児」ではないこと、事故や怪我が起きた場合の責任は負えないことをご了承ください。

お気に入りの玩具や絵本をお持ちいただくと助かります。

参加者同士で学び合うワークショップ形式での実施です。積極的にコミュニケーションを行っていただくようお願いいたします。

1st 3/26(sat)

『対立は関係づくりのきっかけ』

実施済み。実施の様子はコチラ↓

<http://ameblo.jp/chiesamasama/entry-12151788948.html>

2nd 6/25(sat)

『気持ちとニーズ』

人それぞれがもっている気持ち。これはなかなか外に見えないもの。それ故ズレや誤解が生まれてしまう。相手の気持ちを知ること、お互いの見えないニーズを見つけてみよう。

3rd 9/24(sat)13:30- (予定)

『しなやかに伝える』

大切であればあるほど、相手を思えば思うほど、うまく気持ちが伝わらない。ガミガミでもなく、もじもじでもなく、しなやかに気持ちを伝える方法とは？

4th 12月

『振り返り』

参加者の皆さんの希望を伺いながら、身近な対立を持ち寄ってもよし、対立を仲裁するすべを考えるもよし。これまでのまとめと、これからの自分と対立について検討しましょう。

主催：まならほ仙台