

当日のプログラム

11:00-11:30 | 安心して話せる場づくり

まずは、コミュニケーションで大切にしたいことを一緒に確認します。アドラー心理学の「勇気づけ」をヒントに、上手に話すことよりも、安心してその場にいられることから始めます。

11:30-12:15 | カードで楽しむコミュニケーション

「ことばのたからばこ」のカードを使った対話を体験します。いきなり自分のことを話す必要はありません。カードをきっかけに、無理なく会話を楽しんでいきます。

12:15-12:45 | 円卓を囲んでランチタイム

椿邸の円卓を囲んで、気軽なランチタイム。少し緊張がほぐれてきたところで、自然な会話を楽しみます。

※昼食は各自お持ちください。

12:45-13:00 | 休憩・自由時間

少しひと息つく時間です。一人でゆっくり過ごしても、気になった方とお話ししてもOK。自分のペースを大切にしてください。

13:00-13:45 | 「伝え方」で変わるコミュニケーション体験

同じ気持ちでも、伝え方が少し変わるだけで相手の反応は変わります。ペアワークを通して、「話せた」「伝わった」という小さな成功体験をつくります。

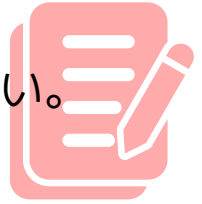
13:45-14:00 | 振り返り・これからの一歩

今日感じたこと、気づいたことを振り返ります。婚活や日常の人間関係で、「これならやってみよう」と思える自分なりの一歩を見つけます。

お申込みの流れ

STEP 1 | 申込フォームからお申込み

お名前・メールアドレスなど必要事項をご入力ください。
定員5名の少人数制・**先着順**です。

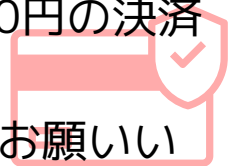


↓

STEP 2 | お支払いのご案内

お申込みいただいたメールアドレスへ、参加費5,000円の決済リンクをお送りします。

原則として、メール受信後48時間以内にお支払いをお願いいたします。



↓

STEP 3 | お支払い完了でご予約確定

決済完了後、参加確定となります。

当日のご案内をメールでお送りします。



参加費

5,000円

原則：事前決済

事前決済が難しい場合：当日現金払いも可

定員について

定員5名／最少催行人数4名

少人数で安心してご参加いただける場を大切にしています。

申込人数が3名以下の場合は、開催を延期し、次回日程をご案内いたします。

開催延期となった場合、事前にお支払いいただいた参加費は、全額返金または次回開催への振替をお選びいただけます。開催可否は開催2日前18:00までに決定し、メールでご連絡いたします。

主催者について

このワークショップを開催するのは、こんな会社です

合同会社ベイリーズハッピーレシピ
代表 千葉美香



人と人が、安心してつながれる社会へ。

私たちは、コミュニケーションと「勇気づけ」を通して、一人ひとりが自分らしく、人とよりよい関係を築いていくための活動を行っている会社です。

子どもから大人まで、学校教育・講演・研究会・オンライン講座など、さまざまな場で「人との関わり方」「自分との向き合い方」を伝えています。

今回のワークショップも、婚活のテクニックだけを学ぶ場ではありません。

自分を否定することなく、相手も尊重しながら、

「人とつながることって、思っていたより楽しいかもしれない」

と感じてもらえる時間を目指しています。

主な活動・実績

PUBLIC HIGH SCHOOL
公立札幌啓成高校
コミュニケーションクラス

WELL-BEING
ウェルビーイング研究会
複数回開催

PUBLIC ELEMENTARY SCHOOL
公立島川小学校
道徳授業で著書を活用

TEACHERS' SEMINAR
北海道高校教員
教育相談研究会にて 講演

ONLINE CLASSES
コミュニケーション講座
継続開催中

DISASTER SUPPORT
被災地へのこころの支援
無償でカウンセリングを提供