おもて

13 8 27 3 1 5 32 26 1 43 49 51 56 39 9 38 19 57 55 44 50 21 31 33 37 25 14 20 2 45 34 23 29 18 36 40 28 11 24 6 46 4 53 41 12 10 52 22 47 48 35 59 30 54 16 58 5 17 42 60

うら

43 7 55 25 31 1 37 13 19 49 10 40 58 16 28 4 22 52 46 34

8 32 50 26 14 44 56 38 2 20 47 23 17 5 11 53 35 29 41

4 5 33 27 51 9 15 21 39 3 57 24 54 30 6 60 18 59 36 12 48 42

トレインキッズ　様

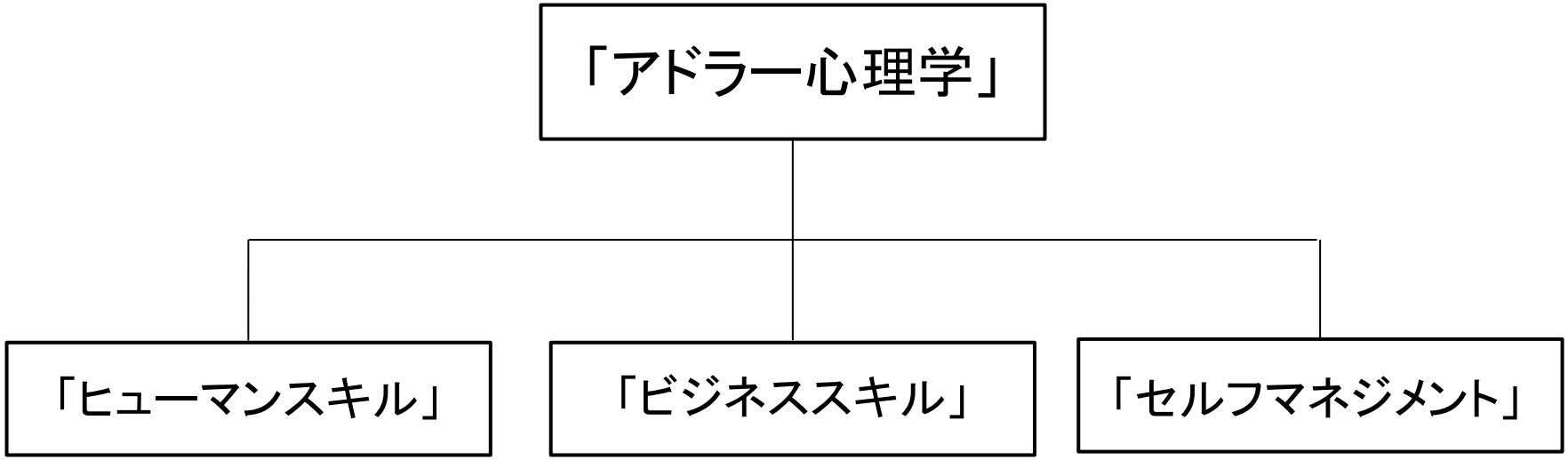
第1回
コミュニケーション研修

令和4年1月20日（木）　11時00分～12時30分

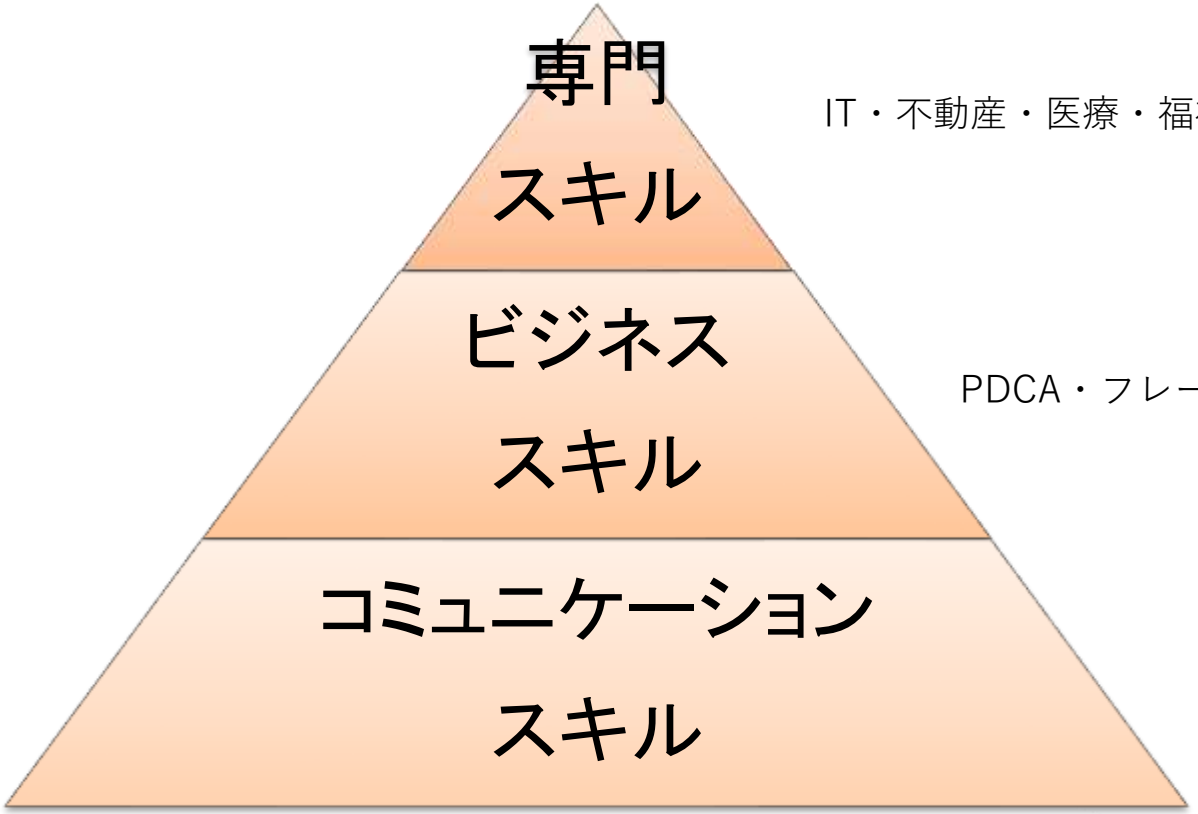
研修ルール

① 安心・安全の場
② 初心・実験
③ 楽しむ

1. 全体像



2. なぜコミュニケーションなのか



IT・不動産・医療・福祉・法律など

PDCA・フレームワーク・MBAなど

3. ベースとなる考え方

アドラー心理学

- 主体論
- 目的論
- 認知論
- 対人関係論
- 全体論

自分軸
（価値観・ビジョン）

幸福の３原則
①自己受容
②他者信頼
③貢 献 感

４. 通りすがり感謝

「～～助かります！」

「～～で、【元気・勇気・やる気】出ました！」

ありがとうございます！

5. ホームワーク

①	通りすがり感謝	20回（次回研修までの期間）
②	習慣化ノート	毎日

★次回研修までの過ごし方

❶　自分から実践
❷　寄り添うことを意識して
❸　「原因論」より「目的論」で
❹　努力する仲間に勇気づけを
❺　できない自分、できない仲間にＯＫ！

5. ホームワーク

習慣化ノート

① プチハッピー

② 今日（明日）のコミット

③ 自分のイイところ

④ ○○さんのイイところ

記入方法：①～④から1つ選んで記入

日付	番号	内容
4／30	①	○○さんが「大丈夫？」と声をかけてくれた
5／1	③	ゲストにいつも笑顔で挨拶しているところ
5／2	④	△△さんはのいいところは、動きが機敏なところ
5／3	②	今日は、コンビニの店員さんに通りすがり承認をする
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		
／		