

# 信頼のもと対話力



いいなあ～

話しが合うと、良いんだけどなあ～。

大切にしたいと思って、気をつかってるけど、何だか、いつも不機嫌。  
不満、イライラ、信頼されてない感じ。…どうしたら良いのかなあ～？

## ● 特別なことをしないと、信頼してもらえない？

特別に役立ったり、自分からアピールしないと、認められない。同じ価値観で同調しないと、信頼されない。そう思って無理を重ねる人は多いです。ユウウツになるのも無理はありません。

でも、そのような方法でなくても効果があるとしたら、どうでしょう？

『ウソー！ そんな方法あるはずない。』と思うかもしれませんね。

世の中の多くの人、そう思ってしまいます。なぜでしょう？ それは、このようにして褒められた。認めてもらった。同調して衝突を避けた。そんな体験が積み重なっているからです。

## ● 普通のことを、自然にやるだけ。なのに、信頼感が生まれる！

歯車が噛み合うように、気持ちまで協調して動けば、お互いの心は晴れ晴れ。自然に信頼感が生まれてくるはず。相手の話を大切に受け止める、受け止めたことを互いに確認する、こんな地味な対話技法が、意外にも効果があります。「確認型応答」という技法ですが、これが意外に難しく、実際に使っている人も少ないです。だから、このように接してもらおう体験は少ないかもしれません。

## ● 絆を深める対話技法の「練習講座」があります。

確認型応答は、上越地域で2003年から2017年まで、延べ約2000人の方々が学習会に参加された、知る人ぞ知る対話技法です。2020年からは対話絆塾でお伝えしています。

毎月2回開催。(1月と2月はお休み) 詳しくは、裏面をご覧ください。

少人数制で、予約が必要です。今すぐお申込みください。(定員8名程度)

主催：対話絆塾 (たいわきすなじゅく)

後援：上越市教育委員会

(対話絆塾は、上越市NPO・ボランティアセンターに登録の市民団体です)

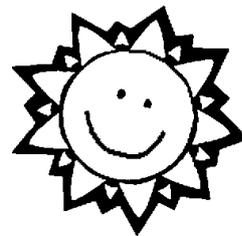
お申込み・お問合せは事務局へ

<http://taiwa.ken-shin.net> Eメール [t-kitagawa@joetsu.ne.jp](mailto:t-kitagawa@joetsu.ne.jp) (北川)

携帯電話 090-4248-9675 (北川) Fax 025-530-2144 (電話兼用)

## ● ていねいにコーチします。

- ・少人数制の講座で丁寧な指導を受けられます。コツが掴めるまで、何回でも受けられます。
- ・先ずは一度、練習講座を体験してみてください。一回でコツを掴む人もいれば、数回かかる人もいます。
- ・学んだ人たちからは、「苦手な人との会話が楽になった。」「相手と深い話まで出来るようになった。」という声もあります。
- ・なかなかコツが掴めなくても大丈夫です。もっと深く根っこの部分から学べる「研修会」も用意してあります。初めから深く学び、確認型応答の応用まで学びたいという方も、研修会の全8講座に参加してみてください。案内資料は別になります。ホームページからもご確認いただけます。



無料のサンプル(解説資料)もあります。ご請求は下記の事務局へ、Eメール、Fax、お電話で。

## ● 明るい未来をつかんでください。

- ・今のままでは、「相手との距離が縮まらないのでは?」「相手が離れていってしまうかも?」と、不安な思いがおさまらないかもしれません。
- ・対話技能がレベルアップすれば、相手に「心がホッとする」時間をあげられます。あなたもホッとて、その時間を楽しめます。そして、また会って話したくなる。あなたは、そんな存在になれるでしょう。

## ● まわりの評価も変わります。

- ・なんとなく自信無さそうだったり、無理をしているように見えていたかもしれませんが、対話技能がレベルアップすると、ありのままの自分であるのに、信頼されるでしょう。

練習講座は 1回 500円 (学生は300円) 何回でもご参加ください。続けると楽しいです。

8 / 2 (水) 午前 10時~12時	春日謙信交流館	終了
8 / 6 (日) 午前 10時~12時	春日謙信交流館	終了
9 / 3 (日) 午前 10時~12時	春日謙信交流館	第2会議室
9 / 6 (水) 午前 10時~12時	直江津学びの交流館	1階小集会室
10 / 1 (日) 午前 10時~12時	高田城跡公園オーレンプラザ	和室
10 / 4 (水) 午前 10時~12時	春日謙信交流館	第2会議室
11 / 1 (水) 午前 10時~12時	春日謙信交流館	第2会議室
11 / 5 (日) 午前 10時~12時	教育プラザ・研修棟 (下門前)	小会議室
12 / 3 (日) 午前 10時~12時	レインボーセンター (直江津)	第1会議室
12 / 6 (水) 午前 10時~12時	直江津学びの交流館	1階小集会室
この後も、1月と2月を除く毎月、第1日曜日と第1水曜日に開催です。		

練習講座は、少人数制で、予約が必要です。今すぐお申込みください。

(定員8名程度) 講師：北川輝樹 (日本対話法研究会会員)

主催：対話絆塾 (たいわきすなじゅく) 後援：上越市教育委員会

(対話絆塾は、上越市NPO・ボランティアセンターに登録の市民団体です)

お申込み・お問合せは事務局へ

<http://taiwa.ken-shin.net> Eメール [t-kitagawa@joetsu.ne.jp](mailto:t-kitagawa@joetsu.ne.jp) (北川)

携帯電話 090-4248-9675 (北川) Fax 025-530-2144 (電話兼用)