



# わかるはかわる俱楽部



平成 26 年  
10 月号



9月15日 笑ってきました。



～天満天神繁昌亭～

めったの寄席に出ることのない“桂文枝”や“鶴瓶”的人形淨瑠璃、桂きん枝、笑福亭福笑や三喬の落語はとても面白かったです。立ち見満員の寄席でした。

## 11月イベント



梅田 最高級ホテルで 食べて飲むかい

○日時 11月21日（金） 19:00～21:00  
(これ以降は食べ物が片づけられてしまいます)

○場所 ホテル阪急インターナショナル 1F

○集合 18:45 ホテル阪急インターナショナル入  
口  
梅田芸術劇場前

○メニュー バイキング  
和食、洋食、中華 60種から食べ放題

○料金 3,080円+消費税

★料金は定価4,400円ですが、Yさんのご厚意  
で30%offの割引券をいただきました。  
但し10名までです。

○募集人員  
※10名を超えた場合は定価でご参加ください。  
30%引きは先着10名に限ります。  
お早めにお申込みください。



## 阪神カウンセリング・ラボ 梅田相談室

住所 大阪市北区鶴野町4-11 朝日プラザ梅田 910  
電話番号 (06) 6147-2533 FAX (06) 6147-2533  
E-mail [hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp](mailto:hanshin-c.l@star.ocn.ne.jp)

<http://www.hanshin-cl.com/>  
<http://www.wakaru-ha-kawaru-.com/>

## 参加してみませんか？



### ■アサーショントレーニング実践編

10月19日（日） 13:00～14:30

「わかってほしいことをうまく伝えるために」  
その心得を学ぶ内容です。

- ①トラブル解決への話し方の三つのステップ。
- ②相手を尊重した提案の仕方。
- ③自他が満足できるコミュニケーションのヒント。
- ④仕事の場に「気持ち」は必要か。
- ⑤できる人ほど自分の気持ちがわかっている。
- ⑥心を伝える「私メッセージ」
- ⑦「わかってほしい気持ち」の伝え方。
- ⑧あいまいな言葉では伝わらない。
- ⑨「ありのままの気持ち」を率直に言ってみよう。

### ■グループワーク

11月9日（日） 13:00～14:30



#### グループワークとは？

アサーショントレーニングとは別に行われている「グループワーク」とは、参加者の意見交換を通して自己理解をし、他者の意見を参考にしながら、現実のコミュニケーション能力が培われるよう企画された実践的トレーニングの場です。

前回は、「トラブル」葛藤とのつきあい方がテーマでした。エクササイズを通して、意見が食い違った時どのように処理すればよいのかを考え、コンセンサス法(多数決ではなく全員の合意による集団意思決定)を体験しました。

