



お近づきになりたい人から避けられる 非言語を掃除する方法

あなたの非言語情報には
何が入っている？

- ・完璧を目指す姿勢でいたい
- ・常に自分と向き合って自分のダメなところも悪いところも目を背けずに見つめる
- ・自分の悪いところを認めず逃げる人は嫌い
- ・肚決められない情けない人は嫌い
- ・完璧じゃない部分は見せられない
- ・弱い部分を見せられない
- ・ダメなところを見せたら嫌われる
- ・心から相手を信用しきれないから怖い
- ・まだやらなきゃいけないことがこんなにある…汗



自分

相手の非言語情報には
何が入っている？

- ・常に前を向いてやる、言い訳してやらないのは論外
- ・自己責任主義
- ・品のない人が苦手
- ・行動力、決断力、説得力、自分を磨き続けるのが大事
- ・主体性がモチベーションを生む
- ・無駄は極限まで省く
- ・感情に振り回されて建設的な会話ができないのは苦手
- ・常に善人でいたいのに、それが許されない職業なのがジレンマ
- ・現在地把握の鬼、常に自分の良い面も悪い面も向き合うのが大事
- ・家族や家のことどうしようかな…



相手

✿ あなたが相手に食べさせている非言語は、相手にとって美味しそうですか？

Yes ・ No

✿ あなたの非言語に入っているものを最高に美味しいものにするためには、何ができそうですか？



相手にどう思われるかではなく、絶対評価で「最高の自分になるには？」という視点で考えてみてください

- ・相手を完全に信じきれず自分を守ってしまっている要素を炙り出して言語化
- ・非言語をとげとげさせている部分を見つけて言語化、落とし所を見つける
- ・完璧の定義を見直して今までの経験と照らし合わせる