



実践講座

2022年9月

# 相手と愛情で繋がるアイメッセージの 使い方と落とし穴

大好きな相手にして欲しいこと、伝えたいこと、リクエストを実際に今伝えるとしたら何と言いたい？

口には出せないけれど  
相手に対していつも感じていることや本音はある？  
(非言語情報)



※口で言っていることと非言語情報に大きな差がないかどうかチェックしてみましょう。

🌸 相手にとって今のあなたはどのような存在、ポジションであると思いますか？

🌸 相手に対するリクエストで書いたことの一つを例にとって、相手は今あなたのそのリクエストを叶えてあげたいと思ってくれていそうですか？

Yes ・ No

※相手へのリクエストを伝える前に一度、あなたとの関係性や相手にとってのあなたはどのような存在であるかをチェックしておきましょう