



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？

最高に生きがいを感じて楽しくお仕事してほしい
好きな場所で思う存分好きなことしてきてください
これからの未来をどんな風に暮らしていきたいと思っているのか知りたい

□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)

過去は「もっとわかりやすく色々説明してほしい」とか「何考えてるかわかんないんだけど…!」とかいっぱいあったけど、今は多分ない。
表の自分と非言語情報がかなり一致していると思う。



※□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？

感覚の合う人

🌸 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