



PLANNING

S.E.P インストラクター講座

自己表現能力 ～ Self Expression Power ～とは・・・

「目に見える自己表現のスキル」と「心地よい交流を知る心理学」を合わせ持った新しいコミュニケーション学です。

良い人間関係とは、まず、相手への“心”があることが重要です。しかし、その“心”があっても自己表現が適切でないと真意が相手に伝わりません。そこで、目に見え、耳に聞こえる自己表現の方法として、「身体表現」「言語表現」「ビジネスマナー」「プレゼンテーション」などの技法を合わせて学び、人間力・印象力をアップさせるのが、この講座の特徴なのです。

「心理」・「スキル」の両面からとらえていくことによって、家族や友人との関係、職場での上司・部下との付き合い方、商談でのプレゼンテーションなど、様々な場面で効果を発揮することができるでしょう！

私たちは人間関係の中で時々悩むことがあります。しかしそのような中で、**自分をうまく表現でき、相手への心を正確に伝えることができたなら、一番心が喜ぶのではないのでしょうか。**この力を高めていくことで、「ますます向上したくなる気持ち＝心の自然治癒力」を持っているということの喜びを実感していただきたいのです。



パーソナリティ チェック

貴方はどのグループにあてはまりますか？

A

- 常に笑顔を保っている
- いつも背筋を伸ばしている
- 素早い行動を心がけている
- 個性的なものを好む

B

- 常に相手の目を見て話す
- 身を乗り出すような動作をする
- 能率のよい時間の使い方をする
- 持ち物の好みに統一性がある

C

- きらきら輝きのある目をしている
- 若々しく軽い身のこなしをしている
- 長時間の交渉が平気
- オトナ買いをすることがある

D

- 柔らかな眼差しで優しい笑顔を絶やさない
- 周囲と同じ行動でなくても気にならない
- ゆとりを持った行動をする
- さりげないおしゃれが好き