

お仕事女子の 褒めカフェ

～上手な褒め方、褒められ方～

働いていると「相手を褒めようと思っても褒め方が分からない」または「褒められたけど、どう反応していいか分からない」と思ったことはありませんか？

仕事のこと、生活のことを話しながら自分の長所や「褒めること」「褒められること」について考えます。お茶を飲みながらゆっくり自分のことを振り返ってみませんか？

日 時	12月15日(金) 18:30~20:30
会 場	札幌エルプラザ情報センター (札幌市北区北8条西3丁目 エルプラザ内1階)
対 象	札幌市内または近郊に居住か通勤する女性
定 員	20名(先着順)
参加費	無料
講 師	坪崎 美佐緒さん (self-esteem 代表)

お問い合わせ・お申し込み先

札幌市北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ1階 情報センター

窓口、お電話にて受付 ☎011-728-1223 (受付時間: 9:00~20:00)

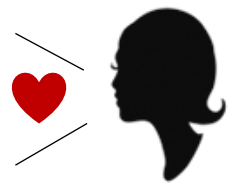
お仕事女子の褒めカフェ

～上手な褒め方、褒められ方～

実施内容

働いてから、褒められることが少なくなったと感じることはありませんか？謙虚が美德とされてきた日本人は「褒められる」ということに慣れていません。それどころか、心の中で相手のことを尊敬していても言葉にして「伝える」ことが苦手な方も多くいます。自分自身の魅力に気づくとともに、日常でも自然と伝えることができる褒め方について学びます。

- なぜ「褒める」ことが大切なの？ ～その理由と効果
- 私には良いところなんてない ～それって本当?! 資源の発掘～
- じつは「欠点」が「長所」って本当?!
- 今日からあなたも「褒める達人」 ～伝わる褒めメッセージ



講師紹介



坪崎 美佐緒 (つばさき みさお) さん
self-esteem 代表

『心が通い合うコミュニケーション』を広め、幸せの連鎖をつなげていくことをミッションとし、民間企業、学校、医療機関等において、マナー研修、コミュニケーション研修の講師として精力的に活動中。研修テーマは50通り以上、これまでの実施時間は1000時間を超える。研修では、他者とのコミュニケーションも円滑になるだけでなく、一人ひとりがご自身の可能性に気づき自己肯定感が高まり、その結果成果を上げることができる。いずれも、「わかりやすい」「楽しい」「腑に落ちた」「即実践できた」と、好評を博している。

お問い合わせ・お申し込み先

札幌市北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ1階 情報センター

窓口、お電話にて受付



011-728-1223

(受付時間: 9:00~20:00)

