TRUE COLORS 入門講座

日時：2015 年 11 月 7 日(土)
13:30～16:30
場所：いこいの里　さくら貝

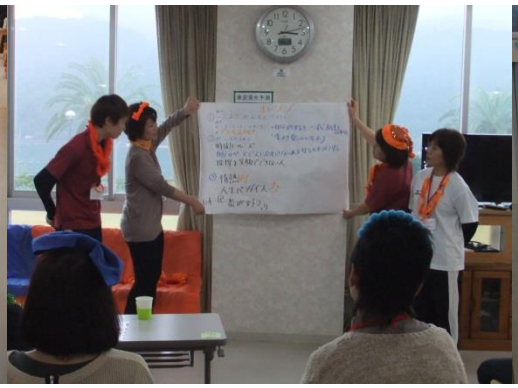
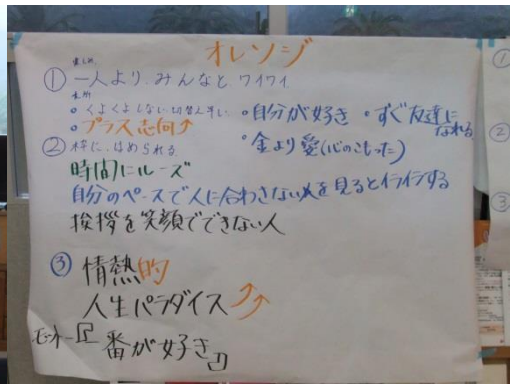
ご挨拶

TC 入門講座に、ご参加くださった皆さま、お声がけなど、ご支援くださった皆さま、どうもありがとうございました。広い敷地と太平洋につながる絶好のロケーションの快適な環境の中でワークショップが開催できました。参加された皆さまは、グループワークの体験、そして、４色のカラー間の活発な意見交換等を通して、TC の理解につながったことと思いました。

次回の TC 入門講座は、２月 20 日開催予定です。TC の理解を深め、日常生活に活用できますように、何度かの体験をお勧めします。

当法人の活動に理解してくださり、素晴らしい会場を提供してくださった いこいの里さくら貝様どうもありがとうございました。

認定ファシリテーター 山下香代子＆武内啓子

オレンジ　４名

プログラムの中で一番印象深かった・楽しかったものは何ですか？

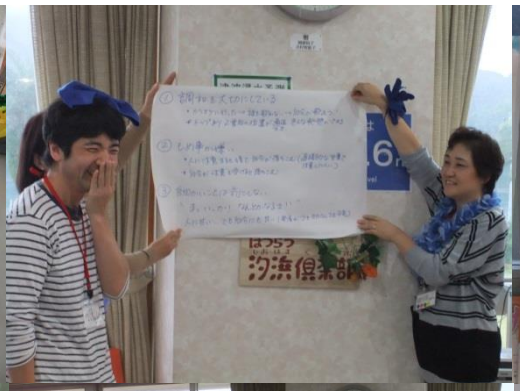
・発表での意見交換。
・それぞれのカラーの発表を聞く時に、カラーによって違った特徴があり楽しかった。
　また、第一カラーじゃない第二カラーなどにも納得する部分もありました。
・グループワークで自分についていろいろ語った事。
・グループワークが楽しかった。

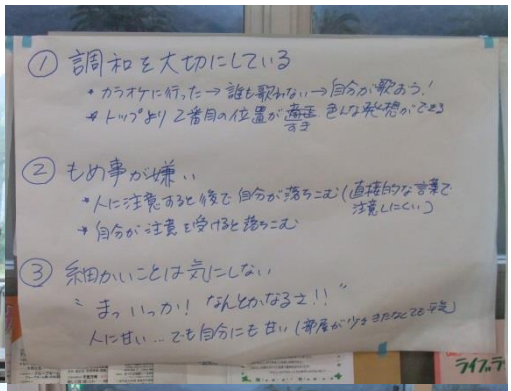
ご自分について何か新しい発見、驚き、気づきなどがありましたか？

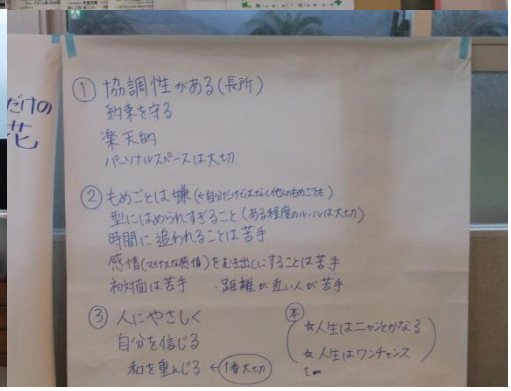
・どの色かわからなくてフラフラしていましたが、間違いなくゴールドだけは無いなと感じました。
・今回はオレンジが第一カラーでした。第三カラーのゴールドも感じた。

TRUE COLORS はあなたの私生活や仕事の中で、どのように活用できると思いますか？

・客観的に自分が見れ、他人にやさしくできそう。
・色の話をするだけでも奥が深くて楽しいと思います。







ブルー 13名

プログラムの中で一番印象深かった・楽しかったものは何ですか？

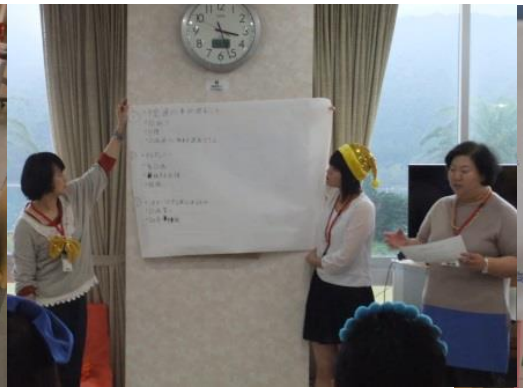
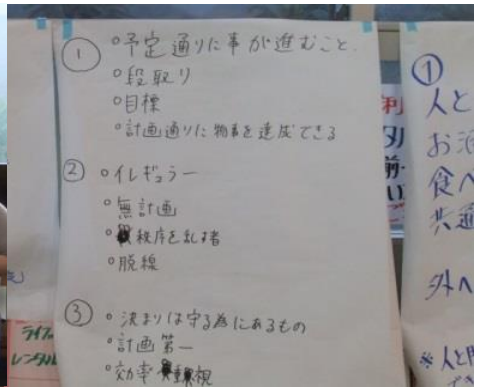
・G ワークと発表。・各カラーでの発表。・他のカラーの発表を聞いた時。違いを認め合いたいと思った。
・以前参加した時と、第一カラーが違ったので面白く感じました。
・グループワークでカラーの違う人が席替えをしたりするのが面白かった。
・４つのカラーがそれぞれ特性があり、もちろん違いもあり、その違いがとても面白かったです。
・他のカラーの方との意見交換、違いがすごく面白かった。
・同じカラーの人と話をするのは本当に楽でした。逆に苦手なタイプの人のカラーがわかり悪気はなかったんだとかわかって良かったです。・人それぞれ特性があり、考え方が違うことが理解できました。
・自分のカラーの確認で納得する気質があった。・発表と質疑を聞くとよりわかりやすく楽しかった。

ご自分について何か新しい発見、驚き、気づきなどがありましたか？

・改めて納得する部分があった。自分は自己主張が弱いかもしれない。
・「人に嫌われたくない」っていう気持ちと「もめ事が嫌い」の違いが、自分も答えながらわかった。
・ブルーのようなオレンジもあるなとか色々発見があった。
・第二カラーがオレンジだったことに納得できました。時々にかいまみえる自身の行動が疑問だったので・・・。
・グリーンと思っていたらブルーだった。・自分が嫌っていたところが第二カラーだったこと。
・最初からダントツ、ブルーでした。あまり自分の性格が好きじゃなかったのですが、今日悪くないなと思えました。
・第一カラーはブルーでも、違うなーと思う事も色々あった。・納得する部分が多かったです。
・仕事、プライベートなど様々な場面で活かすことができると思いました。
・まだ十分な理解はできませんが勉強になりました。
・全くわからないという部分はなく、自分の中でそれぞれのカラーの割合が一番多いものということが気付けました。

TRUE COLORS はあなたの私生活や仕事の中で、どのように活用できると思いますか？

・仕事の面談する場面で相手を知ることに活用できたらと思った。
・TRUE OLORS を上手にコントロールする力が出来たら良いと思う。
・他人を受け入れるのに役立つ。・色々な人のカラーを気にして、いいとこ探しをしていきたいです。
・自己を知って、初めて相手の理解、受け入れにつながると思いました。
・自分を知り、自分の特性を伸ばしつつ、他の人に頼ることを知ること。
・職場の人間関係に活かしたいです。・仕事に役立てていきたい。・色々な人があり、自分も入っている。
・その人を理解するためのヒントになりそうだと思います。

ゴールド 6名

プログラムの中で一番印象深かった・楽しかったものは何ですか？

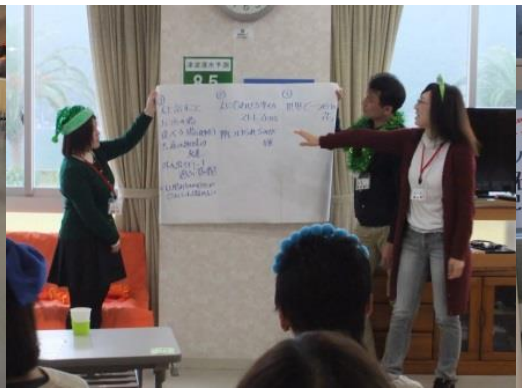
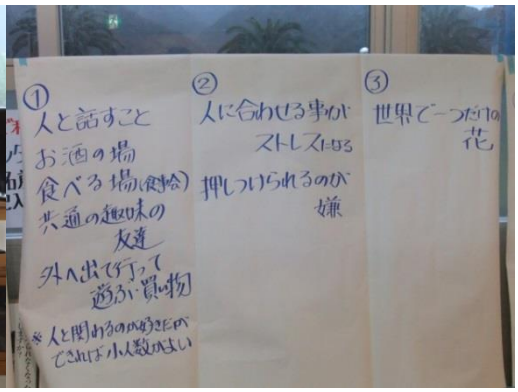
・各グループの発表を聞いて「そういう考えもあるんだ」と知ることができた。
・同じ色でも自分の中で前回と違った部分があった。・各色の発表
・2 人の関係。・色によってこんなに違うのか！

ご自分について何か新しい発見、驚き、気づきなどがありましたか？

・同じゴールドでも第二カラーで変化がある。・各カラーの特徴が理解できた。
・自分に合わないと思っている人を受け入れて行くきっかけにできると思う。
・今の私。・考えがまとまりません。

TRUE COLORS はあなたの私生活や仕事の中で、どのように活用できると思いますか？

・自分と合わない人も「こういう人もいるんだ」と認めることができると思う。
・全部。・整理する事。・自分の苦手な所を少し見つめてみます。・上手に使いわけたい。

グリーン 3名

プログラムの中で一番印象深かった・楽しかったものは何ですか？

・グループワーク。
・同じカラー同士で話し合い共感できた。
・カラーごとのグループワークでそれぞれのカラーの人がどのように考えているのか知れて良かった。

ご自分について何か新しい発見、驚き、気づきなどがありましたか？

・人に合わせる人間だと思っていたけど、こだわりはあるとわかりました。
・ゴールドな部分も以前はないと思っていたがもしかしたらあるかも。
・他の人の意見、カラーの特徴を知る事ができた。

TRUE COLORS はあなたの私生活や仕事の中で、どのように活用できると思いますか？

・自分を知る事を活かしたり、他者を知り、他者にも助けてもらいながら、仕事を進めていきたいと思います。
・他者を理解する為に役立てたいです。
・アドバイスを聞く時に活かしていきます。

お客様各位

2015 年 11 月 11 日

TRUE COLORS 入門講座のご案内

NPO 法人地域福祉サポート　あ･とむ

代表　山下　香代子

TRUECOLORS（TC）はアメリカの心理学者カーシー博士による気質と行動パターンの研究をもとに発展させた、体験型プログラムです。
職場や家庭などでの人間関係・子育て・チーム運営などに役立つ内容となっておりますので、是非ご参加くださいますようご案内申し上げます。

ご参加は、別紙申込用紙を FAX か郵送にてお申込み下さい。
またメールでのお申込みも受け付けております。

入門講座

【対　象】関心のある方どなたでも

【日　程】2016 年 2 月 20 日（土）

【時　間】13：30～16：30

【講　師】TCJ 認定ファシリテーター

武内啓子/山下香代子

【場　所】いこいの里　さくら貝

TRUE COLORS JAPAN
—トゥルーカラーズ・ジャパン—

トゥルーカラーズとは？

TRUE COLORS は、はアメリカの心理学者カーシー博士による気質と行動パターンの研究をもとに発展させた、体験型プログラムです。

人間関係やチームワークの向上、ストレス軽減、自己開発へと幅広く活かすことができます。

TC プログラムでは、人間の持つ気質を「オレンジ」「ブルー」「ゴールド」「グリーン」の４つのカラーで表現。それぞれのカラーが自分の中でどう機能しているか――ワークを体験しながら、見て、聞いて、感じて、学んでいきます。

こんなこと、ありませんか？

- 「あの人はどうして、こんな反応をするんだろう？」
- 「こういう相手は苦手だ。どうもうまくやれない・・・」
- 「どう言えばわかるのかな、話が通じなくてまいったな！」
- ・・・そんなふうに腹が立ったり、混乱して、ストレスを抱える事はありませんか？

意外と多くの人が、自分と異なる相手が理解できずに苦労していたり、そもそも自分本来の持ち味に気付かず周囲に合わせて無理していたりします。

TC を学ぶと、身近な関係も、仕事の上でも、ストレスが減ってお互いの「違い」が活かせるようになります。

TC プログラムの３つの柱は

- 自分を知る
- 相手を知る
- 違いを受け入れる

とてもシンプルですが、頭で理解するのではなくワークを通して実感することで、多くのことを得られます。

- 自分の「個性と強み」に気付けます。
- 苦手だった相手の「考え方・感じ方」や「大切にしているもの」が理解できるようになります。

お問い合わせ先　〒781-1105　高知県土佐市蓮池 1227-4
NPO 法人地域福祉サポート あ・とむ TEL (088)852-7534

参加申込書　　FAX ０８８－８５２－７５３５

主催：ＮＰＯ法人地域福祉サポートあ・とむ
会場：いこいの里　さくら貝

締め切り
2016 年 2 月 5 日(金)

連絡先　住所　〒＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

氏名　＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　※受講決定通知の宛名となります。

電話　＿＿＿－＿＿＿＿＿＿＿＿　※昼間、連絡の取れるところをお書きください。

ＦＡＸ　＿＿＿－＿＿＿＿＿＿＿＿　※受講決定通知書や研修案内等を送らせて頂きます。

メールアドレス　＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

「TRUE　COLORS　入門講座」

講師：TCJ 認定ファシリテーター 武内啓子・山下香代子

開催日　2016 年 2 月 20 日(土) 13:30～16:30

	氏名	事業所名 職種
1		
2		
3		

※メールでお申込みの際は連絡先・氏名を入力し、下記メールアドレスへ送信してください。
※後日、受講決定通知書を送らせて頂きます。
※参加申込みにより知り得た個人情報は、参加管理にのみ使用し外部に漏らすことはありません。

【備考】ご質問・ご意見等ございましたらご記入下さい。

お問い合わせ先　〒781-1105　高知県土佐市蓮池 1227-4
NPO 法人地域福祉サポート あ・とむ
☎　電話番号　:088-852-7534　/　FAX088-852-7535
メールアドレス：a.tomu.c@onyx.ocn.ne.jp
ホームページ　：http://npo-atom.main.jp/