

自分チェックシート

Q.1 あなたは、こういう人と結婚したいという相手の人物像が描けていて、結婚相手がこの人であると判断できる基準を自分の中で持っていますか？

結婚した後に後悔したくないから、ミスマッチングを防ぎたいけれど、この人と結婚するという決定は、どこで判断したら良いのかが分からないと悩んでいるとしたら……

A.1

⇒どういう人が自分に合うかを知るには、ご自分が自分自身のことを分かっているかどうか重要になります。

自分のことが分かっていると、どういう人と出会いたい、二人でどういう未来を実現したいかがイメージ出来てきます。

⇒ここで、お尋ねします。

あなたはご自分の本当の願いを分かっているでしょうか？

これが原点になります。(チェックしてみてください)

生涯を通じて自分が本当に手に入れたい感情は何ですか？

隣にはどんな人がいますか？それはどんな場面ですか？

二人でどんな幸せな未来を築きたいですか？

二人でどんな感情を共有したいですか？

どうですか？二人の未来を描けているでしょうか？

例えお相手がまだ決まっていなくても、相手がいると想定して、未来を描いてみることで、どんな相手と一緒に生きていきたいかが、分かってきます。

⇒ご自分の本当の願いや二人の未来像が、まだイメージ出来ていない方には、ご自分の心の声を聴いて、結婚をする上での軸を作ると良いと思っていますので、そのサポートをさせて頂いております。

⇒【結論】

①二人が本当の願いを見つけた後、お互いの本当の願いを照らし合わせて、幸せだと感じる価値観が合うと思えること。

②更に、二人の願いを実現していく方向性が一致していて、未来を一緒に作っていけそうだと思えること。

③未来を語り合っている瞬間がワクワクすること。

以上 3 点がミスマッチングを防ぎ、結婚相手がこの人であると判断できる基準の一部に

なります。私見ではありますが、幸せな結婚のために参考にいただければ幸いです。

Q2.

何事も手に入れたいと思ったら、**準備が必要**であるように、
幸せな結婚をするには、実は準備が必要です。あなたならどんな準備をしますか？

A2.

幸せな結婚をするには、準備が必要です。
私どもの言う結婚の準備とは「**学び**」です。

なぜ、結婚前に学びが必要なのでしょう。

⇒昔は、特に女性においては結婚しないと、経済的に生活が成り立ちませんでした。

→しかし男女共に働き、収入を得ている現在では、コンビニ(食事)やホテル(住空間)を利用したり、その他のサービスで生活が補えてしまうので、男女ともに一人であっても十分に暮らしていくことができるようになりました。

→したがって、結婚に求めるものが「生活」から「喜び」に、よりシフトしてきていると言えます。

つまり、喜びがないならば、二人でいる意味がなくなってきているのです。

今は、「**結婚に、求めるものは、喜びである**」と言えます。

↓

その喜びをいかにしたら創り出せるかということを学ぶ必要があるのです。

↓

そして、喜びを創り出す鍵は、**コミュニケーションの仕方**にあるのです。

Q3. ビジネスでコミュニケーション力は鍛えているし、好きな人との会話なら

何でも楽しいから大丈夫。そんな風に思っていないですか？

ビジネスと家庭でのコミュニケーションには、**違い**があることをご存じですか？

A3.

私たちは、ビジネスと家庭というそれぞれの場面において、「**求めるもの**」が異なります。
ビジネスでは「お金・やりがい」を求める一方で、家庭では、「愛情・幸せの実感」を求めています。それぞれの場面で、これらを得られることで、私たちは「喜び」を感じるのです。

↓

喜びを得るためにビジネスではビジネスコミュニケーションを用います。

それと同じように、家庭においても家庭用のコミュニケーションを用いる必要があります。
そこで、私たちは、ビジネスシーンと家庭のシーンの違いをもとに、コミュニケーションを「**ビジネスコミュニケーション**」と「**共感し合うコミュニケーション**」に分けました。

(下記の表をご参照下さい)

私どもの「幸せな結婚コーチング」では、結婚の喜びがより実感できる「共感し合うコミュニケーション」を行う為の、具体的な実践方法をお伝えしています。この「共感し合うコミュニケーション」を実践できるか否かが、結婚生活の幸福度合いを左右するといっても過言ではないと考えます。

【ビジネスと家庭において望まれるものの違い】

ビジネスシーン		家庭のシーン
お金・やりがい	求めるもの	愛情・幸せの実感
実績を出す	コミット	共感・感謝する
●計画を立てる(P)→実行する(D)→事実・情報・用件を報告・連絡・相談し、フィードバックを受ける(C)→改善し、実行する(A) という基本的なPDCAサイクルで順序立てて、効率よくコミュニケーションを行う	コミュニケーションの仕方	●事務的な報告・連絡・相談だけではなく、それ以上にもっと、楽しかったこと、嬉しかったこと、感じたこと・未来へのワクワク・協力したい気持ちなどの感情をフリーティングすることで、お互いを理解し合せて、楽しい。
●結論から先に伝えることや、私情を挟まず、必要なことだけを簡潔に話すことを意識する		●感情をのせて話すことで、場面を共有し、相手と一緒に楽しく
●問題解決時にも、自らの立場に則り、上司は部下に指示を出し、部下は上司の判断や指示に従う		●問題解決時にも、お互いが寄り添いながら話し合うことで、二人で決断する
↓		↓
ビジネスコミュニケーション		共感し合うコミュニケーション

今回は、導入部分のご紹介をさせて頂きましたが、いかがでしたでしょうか？

上記で紹介した「共感し合うコミュニケーション」は、家庭で行うコミュニケーションの基本形です。

しかし、現実的には、問題が起きた時、二人の気持ちがすれ違ってしまった後の仲直りの場面では、この「共感し合うコミュニケーション」を行うことが、非常に難しくなってきます。私どもが提供する幸せな結婚コーチングでは、この場面にも対応できる実践的解決策を示し、仲直りしたあと更に二人で発展していけるようにお伝えしているのも特徴です。

私どもは、「あなたに最高の人生を送るために最高の結婚生活をして頂きたい」と心から望んでおります。

あなたは、「今は学ぶ必要はない」と感じていらっしゃるかもしれません。

けれども、今は、未来を変えることの出来る可能性が360度ある大切な時です。

もしあなたが、結婚後の「未来で得たい幸せ」について強烈なビジョンを持つことができたなら、今どうしたいかが明確になり、今の一つ一つの選択が変わり、結果として人生が大きく変わってきます。

少しでもご興味を持たれた方は、ご質問でもご感想でもなんでも大歓迎ですので、

HPのお問い合わせフォームよりご連絡頂けたら幸いです。

私どもより、追ってご連絡させていただきます。

私どもは、あなたのお気持ちを一番大切に思っており、無理にお勧めすることはございませんし、守秘義務は守りますのでご安心頂きたく存じます。

では、ご連絡を心よりお待ちしております。

あなたのお幸せを心より祈って

幸せな結婚コーチング  幸せな結婚コーチ Mieko