

◆職場内家庭教育研修会◆

株式会社 げんきの郷

日時：令和8年7月1日(水) 午前10時～
会場：株式会社げんきの郷 あすなろ舎
講師：愛知文教女子短期大学 非常勤講師
清水 茂 氏
研修テーマ：よりよいコミュニケーションづくり
～知らないうちに損を招く表情～



「あいっこ家庭教育応援企業」の登録活動および社員の資質向上の一環として、職場内家庭教育研修会を実施しました。当日は業務の合間を縫って社員 17 名が集まり、アットホームな雰囲気の中で驚きと笑顔の絶えない学びの場となりました。

研修は、ちょうど今が一年の折り返し地点にあたるという時節にちなんだお話からスタート。続いて、コミュニケーションにおいて視覚情報(表情や見た目)がいかに大きな割合を占めるかという「メラビアン」の法則についての解説があり、参加者は「知らないうちに損を招く表情」の心理的影響について深く傾きながら聞き入っていました。

続いて取り組んだのは、自分自身の傾向を客観的に把握するための、独自の「動物タイプ診断」。「典型的な日本人タイプが多いんですね。」とのコメントに、会場は一気に和やかな雰囲気に包まれました。

本題である「表情」についての講義では、「仕事がなぜかうまくいかない人は、仕事の結果が表情に出ているのではなく、実は『表情が原因で機会を逸失している』ことが多い。」という、核心を突くお話がありました。無意識の表情がチャンスを遠ざけているかもしれないという事実、全員がハッとさせられました。その後は、その損失を防ぎ、信頼を築くための「表情筋トレーニング法」を実践。周囲と顔を見合わせながら、楽しくトレーニングに取り組み、会場にはたくさんの笑顔が溢れました。



【表情筋トレーニング法】



【自己分析ワーク】

後半は、5つの心の領域から分析する自己分析ワークを行いました。今後の仕事や家庭での振る舞いをどのように意識していくべきか、具体的なヒントを得ることができました。

参加者からは「2時間があったという間だった。」「自分の表情の癖や心の傾向に気づけたので、明日からの接客や家族との会話ですぐに活かしたい。」という前向きな感想が多く寄せられ、仕事と家庭の両立を支える職場風土づくりに向けて、大変有意義で楽しい時間となりました。

参加された方々の感想より

- 表情のトレーニングを参考にしつつ、仕事中的表情も気にしてみようと思います。エゴグラムも、改めて自分のコミュニケーションの癖を見直すよい機会になりました。
- 性格分析がとても面白かったです。現在の自分と理想の姿のグラフにかなり差があり、資料から自分へのアドバイスを知ることができました。仕事や家庭に活かしていきたいです。