



NLP™ 『体験&入門』コース



オンライン参加の方へ

- ビデオをオンにしてください
- マイクをオフにしてください
- スピーカービューにしてください
- 画面下から『参加者』をクリックし、さらに『チャット』をクリックしてください
- 質問は『チャット』に投稿してください

少しお待ちください！

1. スタディーガイド

- ① リアル講座の時は、携帯電話の電源を切ってください
- ② コース中、学び方の案内をさせていただく場合がありますが、過度な営業行為などはありません
- ③ 資格取得コースをお考えの方！この NLP™ 『体験&入門』 コースは座学ですが、資格取得コースは体験学習がメインです
- ④ クレジットカード払いで領収証が必要な方！マイページからダウンロードできます
- ⑤ 質問をしてください（不明な点を残さないでください）コース終了後の質問には、対応が出来ません。ご容赦ください
- ⑥ この後、NLP™ 『体験&入門』 コースの進行予定をお伝えします

2. コースの進行予定

- ① トレーナー・日本NLP™アカデミーの紹介、よくある質問
- ② 自己紹介、そして、知りたいことを教えてください
- ③ 成功者の思考パターン、分野を超えた成功者の3つの特徴
- ④ コミュニケーションとは？
- ⑤ 休憩（5分程度）
- ⑥ 脳の取扱説明書、プログラミングとは？
- ⑦ NLP™に関する基本情報（歴史、系列、スクールの違い）
- ⑧ 役立つ書籍（コーチングへの応用）
- ⑨ 振り返り・質疑応答

3. トレーナー紹介



NLP™トレーナー椎名規夫

観察してみると『人生、仕事…。成功者に共通する方法がある…』

年間150日を超えるコミュニケーション講座、コミュニケーション心理学講座を担当。1991年、茨城県取手市にて広告会社、株式会社エムディーを設立。マーケティング視点の広告を武器にカラーミニコミ紙の発行を手がける。その後、『経営の神様』ピーター・F・ドラッカー氏のマネジメントの実践が中小企業・零細企業が生き残るための条件と確信。地域を活性化するリーダー企業を育てるコンサルタントとして経験を積む。ところが、コミュニケーションのミスマッチで、経営者・社員・その家族が『幸福感』『満足感』を感じていないことを痛感。その頃、世界的セラピストの堀之内高久先生と運命的に出会い、コミュニケーション、心理を徹底的に学ぶ。現在『人格形成』『自己開発』『自己実現』を支援するコミュニケーショントレーナーとして活躍中。

<書籍・DVD>

			
<p>千年に一度の危機を乗り越える経営者の心のケアとドラッカーマネジメント</p>	<p>コミュニケーションのスキルを体系化したビジネス書</p>	<p>Amazon週間出荷ランキング第1位を記録したベストセラー</p>	<p>延べ2,000人の子どもたちを見守った子育てのプロとの対談DVD</p>

<マスコミ掲載実績>

	
<p>日本テレビ。交渉のプロとして出演。</p>	<p>専門誌『セラピスト』にて「プロカウンセラーの聴く力、話す技」として紹介。</p>

4. 日本NLP™アカデミーについて

□ 実績

- 全国の小・中・高等学校の教職員研修でコーチングを担当。求められるコーチングの体験！
- カウンセリング技術とストレス対処法の体験！国家公務員（労働基準監督官）研修を担当
- 全国6万社が加盟する中央労働災害防止協会で『コミュニケーション技術研修』を担当

□ 沿革

- 2004年 3月 創始者米国NLP™協会認定スクールとして日本NLP™トレーナー協会設立
- 2010年12月 一般財団法人日本コミュニケーショントレーナー™協会へ
- 2014年12月 1年間の講座参加者が3,000名突破
- 2018年12月 NLP™ 資格取得コース修了者2,000名突破
- 2019年 3月 “日本NLP™ アカデミー”としてNLP™に特化し事業展開

□ トレーナーの書籍紹介、メディア紹介・実績の一例



5.NLP™『体験&入門』コース：基本的なこと

ご自身に合ったNLP™をお選びください！

① 「プラクティショナー」ってなんですか？（意味：実践者）

ステップ	資格名	概要
初級	NLP™プラクティショナー	ご自身に使うレベル（テクニック）
中級	NLP™マスタープラクティショナー	まわりに使えるレベル（スキル）
上級	NLP™コーチトレーニング	効果的な変容を起こす
指導者	NLP™トレーナー	NLP™を教える技術 & プレゼンテーション

② 「振替受講は無料ですか？順番通りに受けた方がいいですか？」

③ 「資格取得コースの担当者は？」 「スクールの特徴を知りたい」

④ 「どこで学んでも同じですか？」 「上位コースに行けますか？」

6.この時間を有意義にするために！

あなたの知りたいことは何ですか？

- ① 成功するモデルを知りたい！（仕事、感情、考え方）
- ② 性格・人格を変えたい！「変わりたい…」 「私はダメだな…」 「満足できない…」
- ③ スキルアップ！（コミュニケーション、コーチ、カウンセラー、セラピスト）
- ④ 女性に多いテーマ「自己肯定感が低い」「自分を責める」「調和が取れない」
- ⑤ 男性に多いテーマ「問題やまわりを傷つけていることに気づけない」「正義の剣」
- ⑥ 人間関係のテーマ！家族・大切な方とのテーマ（異性、子育て、パートナーと仕事）
- ⑦ パラレルキャリア！（複業）、セカンドキャリア！（転職、起業、社会復帰）
- ⑧ 自己理解（自分を知りたい…）！将来が見えない！実存的なテーマ！
- ⑨ 自分の力では解消できないテーマ、まわりを変えたい！、家族のA S D・発達凸凹

7.自己紹介（お一人様1分程度）

無理のない範囲で教えてください。

自己紹介をお願いします

今日のセミナーで知りたいことは何ですか？

8.成功者の思考パターン



Question

「30人のリストラ!」。困り果てたAさん!

2017年4月、Aさんは外資系の会社に勤務。入社3年で営業部長に大抜擢され100人の部下がいます。Aさんは部下一人ひとりと真摯に向き合います。それは、『誇り』と『自信』に溢れた充実した時間でした。

ところが、大きな試練がやってきます。

2020年のコロナウィルスです。会社が事業規模の縮小を決定。その影響で、Aさんはアメリカ本社の社長から30人のリストラを命じられました。部下の中には、55歳を過ぎた年上の先輩社員から新卒の者までいます。

Aさんの仕事は充実した時間から苦痛に変わりました。

Aさんは『なぜ部長を引き受けてしまったのか?』と後悔するようになりました。仕事への自信を失い『嫌な仕事を任された…。俺ばかりそんな役目だ…。』と感じる日々が始まったのです。



9. コミュニケーションと心理



1

あなたがAさんだったら！
社長から「30人リストラして」と命令された時の
率直な感情・気持ち・考えは？



2

あなたがAさんだったら！
社長から「30人リストラして」と命令されたその場で、
どのように返答しますか？



3

Aさんが肩を落として、あなたのもとへ相談に来ました。
あなたはAさんに、どんな言葉をかけますか？

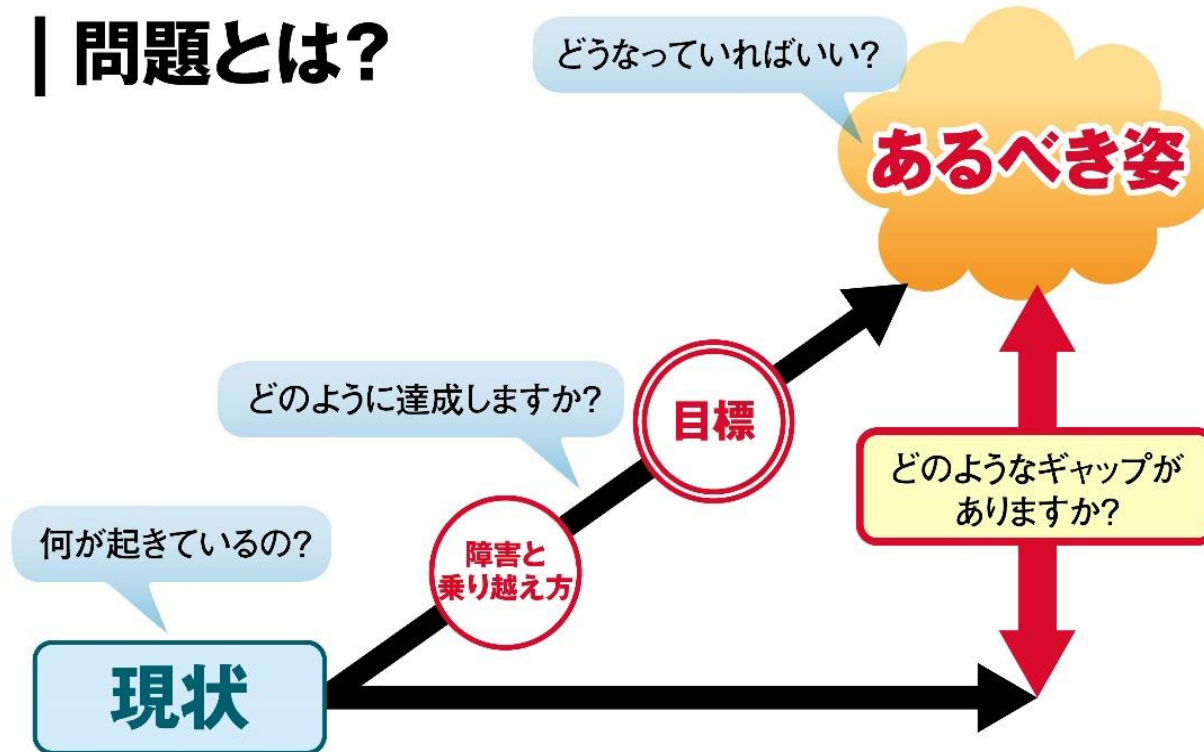


4

リストラ命令で困り果てたAさん。
プロコーチに相談しました。
問題が一瞬で解決したプロのアプローチとは？

10. 分野を超えた成功者の3つの特徴

問題とは？



Copyright© 2016 JCTA All Rights Reserved. 一般財団法人 日本コミュニケーショントレーナー協会

11. 『事実』と『現実』①



代表的なプログラムの一つ、**知覚（五感）**：見て。聞いて。感じる。

知覚のクセ：過去 → 現在 → 未来



12. コミュニケーションとは知覚すること

情報とは？	コミュニケーションとは？
言葉	言葉以外、非言語
論理	知覚
正・誤	快・不快
発信者の主観	相手が主人公
一方的	期待の範囲でしか受け取れない
情報とコミュニケーションは違う	
コミュニケーションが成立して情報が伝わる	
コミュニケーション能力とは、相手に気づかせ変容させる力	



Question

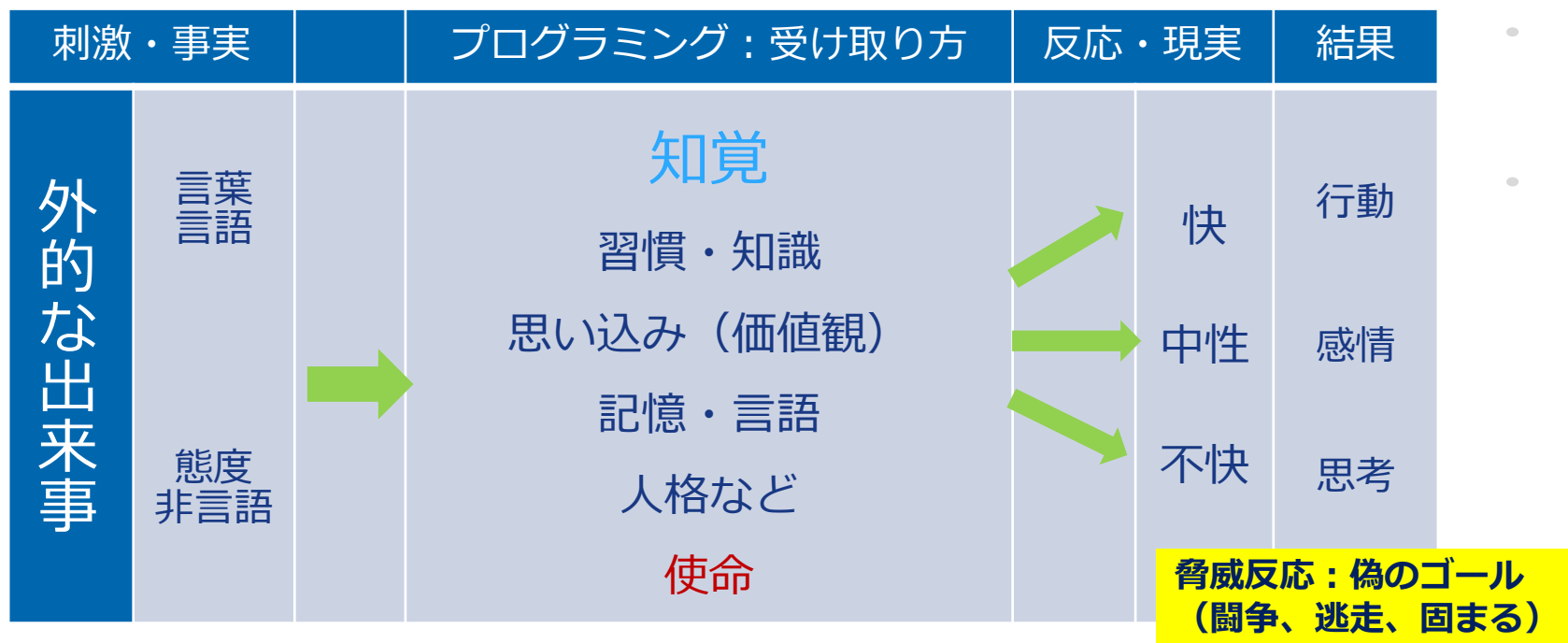
コミュニケーションを成立させる唯一の条件とは？

13.プログラミング（≡心）の種類とは？

Question 1 なぜ、名前を呼ばれたら「はい」と返事するのか？

Question 2 1940年代頃、世界で一番大きな製造業は米国のGMでした。1962年には米国自動車シェアの50%、GDPの10%を占めました。さて、当時のGMの採用試験を受ける際、履歴書に書くことを敬遠された事項は何だったでしょう？

Question 3 ★根拠のない自信は、どう養われたの？
★なぜ、場を読める人と読めない人がいるの？



14.プログラミング（受け取り方）とは？



Aさんがあなたに相談に来ました。どのように対応しますか？
Aさんへのアプローチ方法を考えてください。



相談者：管理職の45歳A課長

【相談内容】入社6ヶ月の新入社員から『情熱がなくなったので会社を辞めます』と告げられました。

私は、思わず『そんな甘い考えじゃ、人生失敗するよ！』と怒鳴ってしまいました。数日後、新入社員は辞めてしまいました。

怒鳴ったことを後悔しています。

私は、どの様に対応すればよかったのでしょうか。

15.いろいろな心理機能

身体は私？心は誰のもの？

思考

考えること。経験や知識をもとにあれこれと頭を動かせる。「思考を巡らす」「思考力が鈍る」。心理学で、感覚や表象の内容を概念化し、判断し、推測する心の働きや機能。



イメージ

心に思い浮かべる像や情景。ある物事についていづく全体的な感じ。心像、形象、印象。また、心の中に思い描くこと。

感情

様々なことに感じて抱く気持ちを一貫したものである。基本感情：喜び、信頼、驚き、悲しみ、嫌悪、怒り、予測。



直感

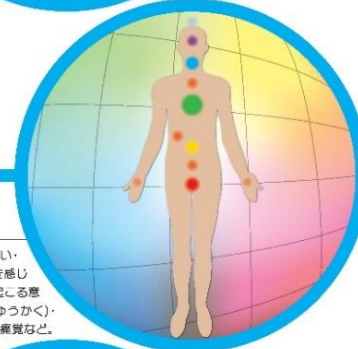
推理・考察などによるのではなく、感覚によって物事をとらえること。「直感が働く」「将来結ばれる運命であることを直感した」



指揮者(私)

感覚

外界からの光・音・におい・味・寒さ・熱などの刺激を感じる働きと、それによって起こる意識。視覚・聴覚・嗅覚(きゆうかく)・味覚・触覚や、温度・冷覚・痛覚など。



情動

感情のうち、急速にひき起こされ、その過程が一時的で急激なもの。怒り・恐れ・喜び・悲しみといった意識状態と同時に、顔色が変わる。呼吸などが変化するなどの生理的な変化が伴う。



衝動

内部から強迫的に動かされる行為のこと。反省やためらいや懲罰などの介入する余地がないもの。または、そのような行為を引越す傾向を意味する。



欲望・性欲

不足を感じてこれを満たそうと強く望むこと。また、その心。

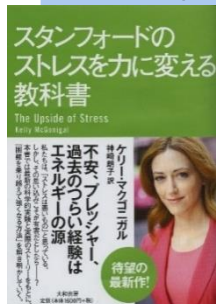


16. 脳の取扱説明書：ストレス反応の種類



小学校2年生の子どもが学校のテストで30点（100点満点）
「ママ（パパ）、テスト、30点だった…」と言われた…

代表的なストレス反応	
脅威反応 (闘争・逃走・固まる)	日常生活では、命の危機にさらされない限り抑えるべき反応。 エネルギーの無駄遣いとなり、問題に上手く対処できなくなる。役立つ場面もあるが、多くの場合に偽りのゴールとなる。
チャレンジ反応	ストレス時で、それほど危険ではない状況で発生。困難にうまく対処する。 注意力が高まる。五感が鋭くなる。やる気が高まる。エネルギーが結集される。
絆反応	人とのつながりを強める。ストレスで人とのつながりを求める気持ちが湧く。 オキシトシン（抱擁ホルモン）が分泌し、脳の社会的本能調節機能が働く。 日常生活において → 社会から孤立することを防ぐ。 夫婦や恋人同士であれば、一緒にいたい気持ちを維持できる。



参考：「スタンフォードのストレスを力に変える教科書 ケリー・マクゴニガル（著）」

オキシトシンの効果

1. 幸せな気分になる
2. 脳・心が癒され、ストレスが緩和する
3. 不安や恐怖心が減少する
4. 他者への信頼の気持ちが増す
5. 社交的となり人と関わりたいという好奇心が強まる
6. 親密な人間関係を結ぼうという気持ちが高まる
7. 学習意欲と記憶力向上
8. 心臓の機能を上げる
9. 感染症予防につながる

出典：リクナビ
<https://next.rikunabi.com/journal/20151128/>

17. 人格の形成時期①



<P11より抜粋>

0～3歳の時期の重要性

生まれた瞬間やその後の数カ月から数年間は、幼い子どもが暮らしのなかで経験する接触、動き、情緒のすべてが脳内で爆発的な電氣的、化学的活動に変換され、脳の何十億もの細胞がネットワークに組織され、何兆ものシナプスで結ばれる。

子ども時代の初期には親や家族やその他の成人との間の経験や対話が子どもの脳の発達に影響し、十分な栄養や健康やきれいな水などの要因と同じくらい大きな影響力をもつ。

この期間に子どもがどのように発達するかがのちの学校での学業の成否を決め、青年期や成人期の性格を左右する。

<P13より抜粋>

子どもの権利や人間開発という大目的が幼児期に投資することの議論の余地のない根拠になる。

神経科学も生後の3年間がその後の人生に影響を与えることを立証して、反論の余地のない根拠を示している。

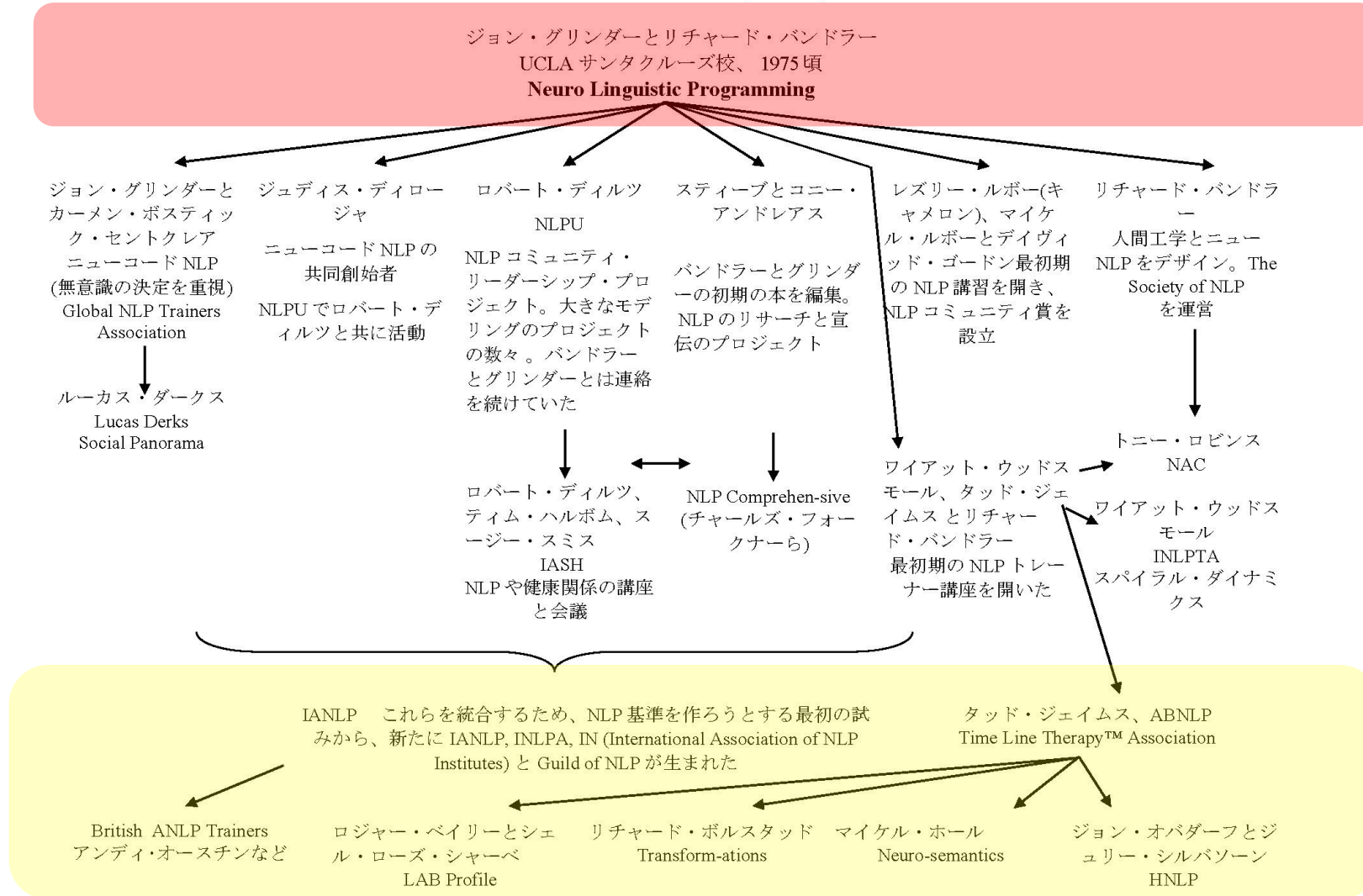
18. 人格の形成時期②

	顕在（けんざい）記憶	潜在（せんざい）記憶
概要	左半球：発話の言語的要素を処理する。 意識的な処理をして問題を分析する。 2歳ぐらいまでは、左脳機能が十分に発達していないので、自分で経験したことを話すことができない。	右半球：一般的に非言語コミュニケーションを処理すると言われている。人間の場合、2歳までは右半球が大きく、左半球はそれ以降急激に成長する。 3歳ぐらいまで右半球に支配される。
機能	特定の事実や出来事、エピソードを意識的に記憶する。	情緒、相手の表情を読む。 他者とのつながり。関係性。
臨界期	2歳2ヶ月頃から発達を始める。	2歳までで臨界期を迎える。 特に重要な臨界期が、生後10～12ヶ月に始まり、16～18ヶ月目まで続く。 乳幼児が人への愛着を維持しながら、感情を調整できるようになる。
影響	転移や人生の様々な場面において、しばしば繰り返される。	

科学が後付け？

19. NLP™に関する基本情報 (NLP™の歴史)

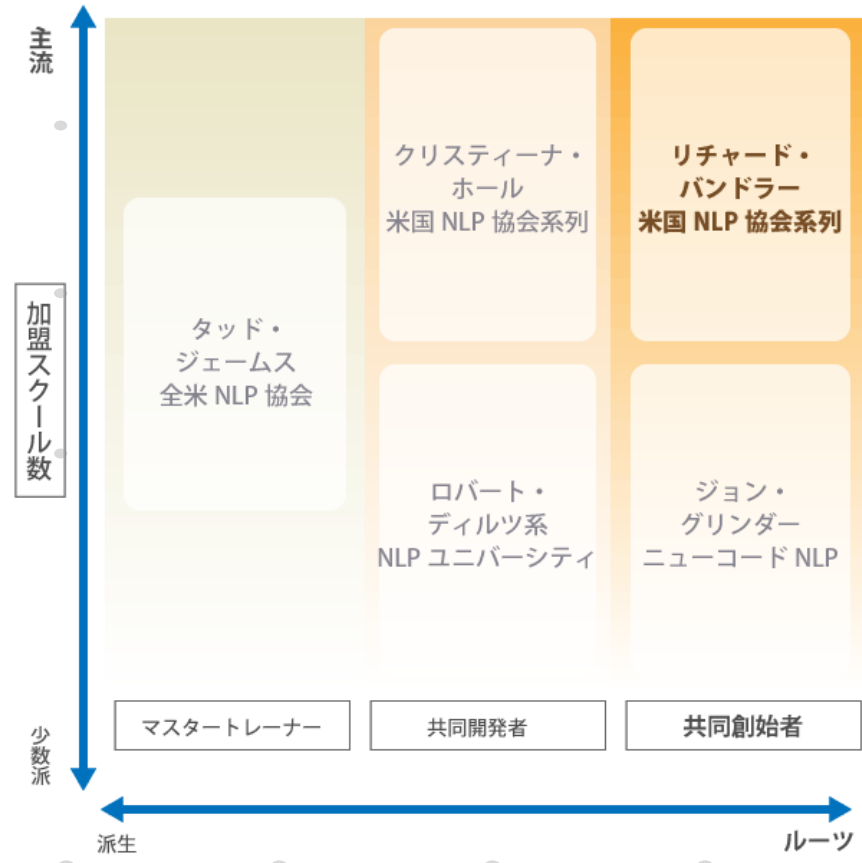
NLP各団体の発達史(英語圏)



Richard Bolstad (リチャード・ボルスタッド) 氏 : Japanese-NLP™-Varieties-bilingual-Manual より

20. NLP™に関する基本情報（NLP™の系列）

「NLP™スクール、スクールの違いって…」



【共同創始者】 リチャード・バンドラー 米国 NLP™ 協会系列
私ども日本 NLP™ アカデミー、ヒューマンアカデミー様など
事務局/NLP™ ミレニアムジャパン、NLP™ アライアンス

【共同創始者】 ジョン・グリンダー 系列

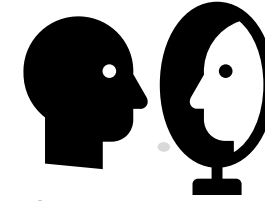
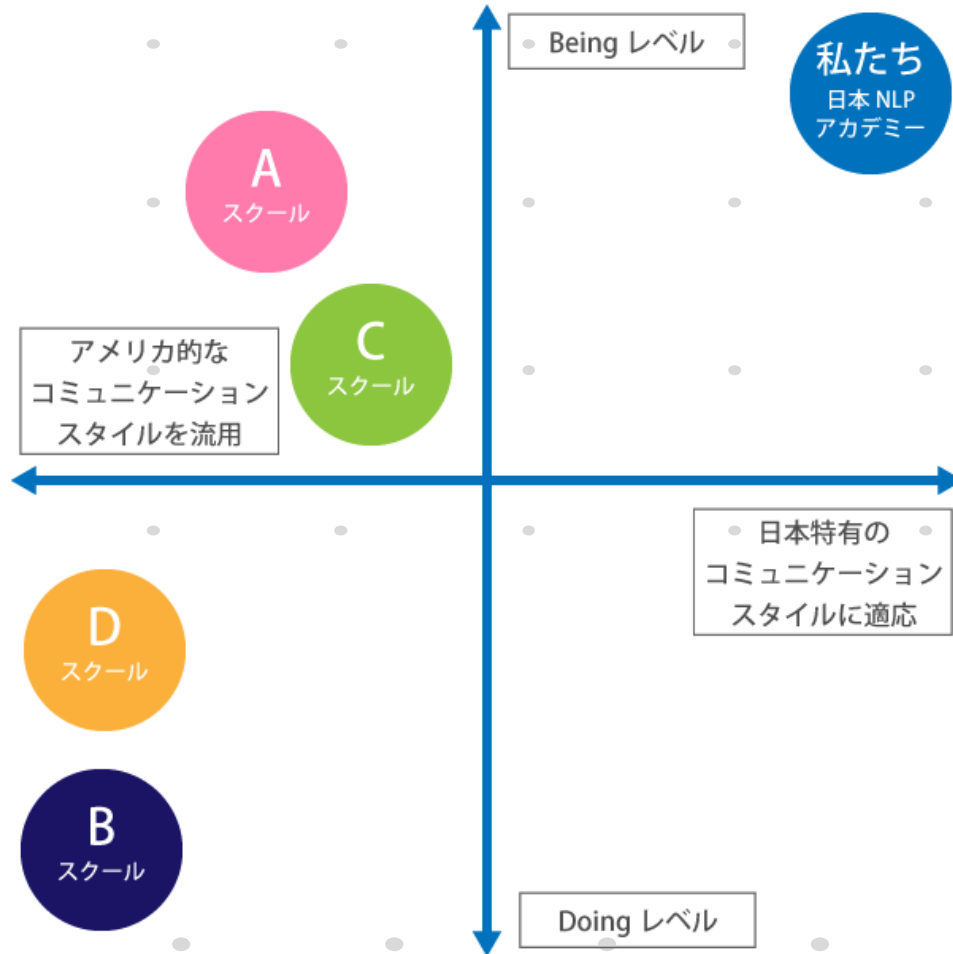
【共同開発者】 クリスティーナ・ホール 米国 NLP™ 協会系列
ヴォイス様、株式会社ホロンPB I様、NLP™ ラーニング様

【共同開発者】 ロバート・ディルツ 系列

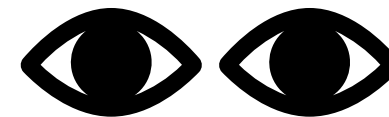
【マスタートレーナー】 タッド・ジェームス 全米 NLP™ 協会系列
NLP™ ラーニングジャパン様

21. NLP™に関する基本情報（スクールの違い）

マニュアル通り？実践優位？



『私』を幸せにしてくれる要具
「心」と「身体」。
私の研き方。
要具の使い方。

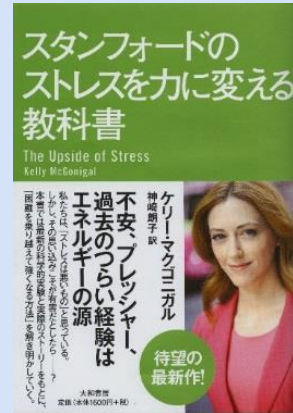


目がどっちに動く？

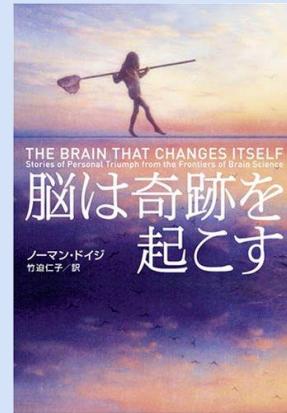
22. 役立つ図書



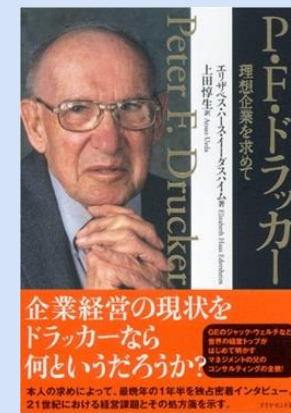
コーチングのすべて
ジョセフ オコナー, アン
ドレア ラゲス(著)



スタンフォードのストレ
スを力に変える ケリー
マクゴニガル (著)



脳は奇跡を起こす
ノーマン ドイジ (著)



P.F.ドラッカー—理想企
業を求めて：エリザベ
ス・ハース・イェダスハ
イム (著)

23.お問合せ・NLP™コースご案内

事務局へ、お問合せメールフォーム
NLPの参加費、振替え、カリキュラム確認、
ご相談、トレーナーと直接、話したい等…



詳細はこちら



<https://www.nlpjapan.jp/contact-mail/>

NLPエッセンス2日間コース
NLPプラクティショナー資格取得コースの
エッセンスを2日間で学ぼう!



詳細はこちら



<https://www.nlpjapan.jp/cbn2day/>

W資格取得! 1クラス15名制&振替受講無料!
今なら、早期割引実施中です。
NLPプラクティショナー認定コース



詳細はこちら



<https://www.nlpjapan.jp/seminaup02/>

日本NLP™アカデミー

FREE 0120-780-827

24.学んだこと、だから自分でしか改善できない！

自分の『プログラム』と向き合い、まわりとご自身をもっと幸せに！

日常の出来事が、私たちの『プログラム』（期待）以下の時、
一般的に偽のゴールである脅威反応（闘争・逃走・固まる）が起きます。
脅威反応は、まわりや自分を傷つける結果に繋がります。

NLP™は、ひとり一人の『プログラム』の癖と向き合い、まわりと自分を自由に
幸せにする道具です。そして、体験で作られた『プログラム』は、自分自身で
しか改善できません。

『プログラム』の癖を知りましょう！自分とまわりを豊かな人生に導く**本当のゴール**
が見つかります。NLP™は一時的に状態を変えるツールではありません。
ご自身の『プログラム（心の作用）』に向き合う生涯役立つツールです。

25.資格取得コースを申し込む前に

スクール選びのポイント

- ① トレーナーの技術
- ② 料金・定員が明確？
- ③ 日本文化で使える(グローバル化社会でも文化の垣根は超えない)
- ④ 修了後のフォローアップ体制が整っている
- ⑤ 振替受講
- ⑥ ご自身の学びたいことや目的とスクールの方向性などが合っている

貴重な時間とお金を投資します。NLP™を学ぶスクールは、慎重に選んでください。

また、トレーナーを目指す方はトレーナー資格の取得方法や条件なども確認しましょう。

人生、仕事、人間関係、自分のコントロール…。あらゆる場面で成功する方法は同じです。

ありがとうございました。



一般財団法人 日本コミュニケーショントレーナー協会
代表理事 椎名規夫