

ママ友と適度な距離を保つ

タイプ別 地雷を踏まない方法



もくじ

1. 人が思い出を語るときのパターン
2. 地雷を踏まないようにしよう！
3. 感覚チャネルとは
4. 視覚タイプ
5. 聴覚タイプ
6. 感覚タイプ
7. まとめ



1. 人が思い出を語る時のパターン

- 人の5感の使い方

- ☆ 視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚

- 視覚：眼を受容器とする感覚

- 聴覚：一定範囲の周波数の音波を感じて生じる感覚

- 触覚：自分の身体の輪郭（ボディイメージ）の育ち

- 味覚：食する物質に応じて認識される感覚

- 嗅覚：においの感覚

- 5感のうち、言動に影響するのは3つ

- ☆ 視覚、聴覚、触覚のうちどれかを最優先する



参考：子どもセラピー リーノ
Wikipedia



1. 人が思い出を語る時のパターン

- 視覚優先型の思い出し方
 - ☆映像がすぐ思い出せる
 - ☆すぐ言葉で表現できる
- 聴覚優先型の思い出し方
 - ☆音声 → 映像 という順番で思い出す
 - ☆少し表現に時間をかける
- 感覚(触覚)優先型の思い出し方
 - ☆その時の雰囲気 → 音声 → 映像 という順番で思い出す
 - ☆3段階かかるので、時間もかかる



2.地雷を踏まないようにしましょう！

- 感覚のパターンによって「地雷」がある
 - ☆地雷を踏まないとこんなにスムーズになる
- 視覚優先型の場合
 - ☆自分の美的センスに誇りがある
- 聴覚優先型の場合
 - ☆音声と言語が優先
- 感覚(触角)優先型の場合
 - ☆パーソナルスペースにこだわりがある



3. 感覚チャネルとは

- 感覚チャネル診断テストがありますが・・・

「あなたの子どもの頃の自分の部屋を教えてください」

人は昔を思い出すとき3パターンある

☆ 視線が上へ行く

☆ 視線が左右に動く

☆ 視線が下へ行く



4. 視覚タイプ

- 目から見たものを信用
- 目で見たとき即座に決定
- 「白黒」付けたがる
- 早口で話す、昔話も思い出すのが早い
- 昔話の時は視線が「上」へ
- 映像を思い出し、それから話す
- 愛情を感じる時：目に見えたことによって感じたい
相手に行動を見せる、プレゼント、優しい表情

☆地雷：見た目を批評してはならない



5.聴覚タイプ



- 耳から聞いたことを言葉にする
- 「聞いてよ～」が口癖
- コンサート・音楽を好む
- 視線は平行、瞳が耳の方向へ「左右」に動く
- 言葉は、音を聞き直す＝音を思い出す⇒映像を思い出す⇒話す
- 音楽は時間の流れでの中で1つになる
- 体の動きはリズムカル
- 愛情を感じる時：言葉で表現、動かず話す

☆地雷：話を途中でさえぎる、このタイプより話す



6. 感覚タイプ

- じっとしている感覚「体感覚」・「運動感覚」
- 「どんな感じ？」・「心にふれた？」が口癖
- 体を動かすのが好き
- 洋服は、見た目よりも着心地重視
- 視線は下向き、手の動きも下
- 話し方は一番遅い
- 思い出して1度味わう ⇒ 音を思い出す ⇒ 映像を思い出す ⇒ 話す
- 愛情を感じる時：抱きしめる、ふれる

☆地雷：早急なスキンシップ



7.まとめ



	好きな歌手の 選び方	視線の動き	口調・口癖	愛情の示し方 感じ方	褒め方	地雷
①視覚タイプ	見た目	上向き	早口 昔を思出して話すのが 早い	視覚に訴える プレゼント 優しい表情 サプライズ	さすがセンス良いね！ ステキな化粧だね！ 見た目を褒める	洋服のセンス 化粧の仕方 とにかく見た目の指摘
②聴覚タイプ	声	左右に動く	1テンポ遅い 「ちょっと聞いてよ～」 井戸端会議好き マシンガントーク	言葉で表現 詩や音楽表現 言葉だけで訴える	話しが面白いね！ 話していると楽しいよ！ 笑顔で話を聞く	話を遮る 話が長いのを指摘 「で？」と結論を急ぐ
③感覚タイプ	雰囲気 臨場感	下向き	昔話をさせると時間が かかる 「どんな感じ？」 「心にふれた？」	抱きしめるなど スキンシップ	あなたといると リラックスできるよ！ 気分が落ち着くね	パーソナルスペースが 確立しているので、 仲良くなるまでは スキンシップを控える

