

—エニアグラムコーチングセミナー—

第 27 期応用クラス（12 回）募集要項—

このセミナーの全体目的は「エニアグラムとコーチングを使う影響力の高いリーダーを育成する」ことです。応用クラスでは、一般的には意識しない9タイプ別健全性理解、他者支援の具体的方法、コーチングの応用技術の習得によって能力の可変域を拡大させます。

■目的

1. 経営者の方には人間関係向上と生産性向上に結び付く幸せな企業を創る学習を行います
2. 専門家の方には企業に貢献するプロの HR コンサルタント養成の学習を行います
3. 一般の方にはこれからの人生が変容するばかりではなく、周辺に良き多くの影響を与える人物になることができます

■効果

1. 自分の健全性に意識が向かうことで、他者への受容力が高まり、人間力が向上します
最も重要なことは、自分の健全性の高低や変化に意識が向かうことです。健全性の変化を認知することで、ストレス耐性、セルフコントロール力が高まります。他者に対する受容力が高まり、他者との関係がより良好な状態に変化します。
2. 他者への対人支援技術の質が高まります
各性格タイプの特徴を理解したうえで、どのようにコミュニケーションし、関わるのが学べます。さらに相手の健全性を高める方法（成長への気づきの方法＝囚われからの解放の支援方法）が理解できるようになります。
3. コーチングの練習量を確保することで傾聴力、質問力等を高め、日々のコミュニケーションにコーチングを定着させます

どのような方にも、コーチングが定着し始めるためには、最初の 100 時間の知識学習と練習時間が必要とされています。基礎クラスでは約 40 時間の学習時間を持ちました。応用クラスでの学習時間も目標を 40 時間とします。さらに宿題としてコーチング練習を 20 時間課すこととし、第一ステップである 100 時間をクリアしていただきます。

■受講者メリット

1. 修了後、修了証を授与します
2. HR コンサルタント認定資格試験の受験準備が出来ます

■返金特典

受講を修了された方で、意識変容、行動変容されなかったとのお申し出を頂いた方には営業日の1週間以内に全額を返金致します

■参加方法

1. 一般公開型でどなたでも参加できます
2. 参加は学びたいタイミングで随時学習を始められます
3. 毎回ワークが随所にあり、楽しく参加出来ます
4. お休みしたタイプの授業日は、その後の期のタイプの授業日に出席いただき、全てを修了すれば修了証を差し上げます

■日時

2024年2月17日～2024年8月17日 9時半～16時半

■場所（変更になる場合があります）

- ・ レンタルスペース Limone(リモーネ)水道橋

東京都千代田区三崎町 3-6-15 ウィンド水道橋 2ビル 303

<https://maps.app.goo.gl/WzxBpb4KNDT9vF18A>

- ・ ふれあい貸し会議室 飯田橋 No8

東京都千代田区飯田橋 3-7-5 池田ビル 4F

<https://maps.app.goo.gl/TCAifPQptdWX8PyD6>

- ・ ふれあい貸し会議室 秋葉原 No71

東京都千代田区神田佐久間町 2-15 秋葉原加藤ビル 2階

<https://maps.app.goo.gl/fSnypYeivDbkmwst6>

- ・ ふれあい貸し会議室 秋葉原 No54、No52

東京都千代田区神田佐久間町 2-15 秋葉原加藤ビル 6階

<https://maps.app.goo.gl/DCuYwDH3cSiH4ZPX9>

- ・ ROOMs 水道橋店 第6会議室

東京都千代田区神田三崎町 3-4-10 庄司ビル 5F

<https://maps.app.goo.gl/wUpHuKEwK7Vt2Rg68>

■対象者

・経営者、経営幹部の方 ・HR 系専門家の方 ・一般社会人の方

■定員

10 名

■講師

安村明史と他の講師です。

■価格

1. 一般 398,000 円 (外税)
2. 協会会員 298,000 円 (外税)

■申込方法

HP (一般社団法人 人材開発協会・ビジネス能力開発株式会社・合同会社フェニックス) からお申し込みください。

■お支払い方法

- ・カードでのお支払いが可能です
 - ・現金のお振込みが可能です
- * 請求書、領収書が必要な方はお申し出ください

■学習テーマ

1. 本質的自己成長の全体像 2024年2月17日(土)
2. タイプ1の健全性と改善 2024年3月2日(土)
3. タイプ2の健全性と改善 2024年3月16日(土)
4. タイプ3の健全性と改善 2024年4月6日(土)
5. タイプ4の健全性と改善 2024年4月20日(土)
6. タイプ5の健全性と改善 2024年5月18日(土)
7. タイプ6の健全性と改善 2024年6月1日(土)
8. タイプ7の健全性と改善 2024年6月15日(土)
9. タイプ8の健全性と改善 2024年7月6日(土)
10. タイプ9の健全性と改善 2024年7月20日(土)
11. エニアグラムコーチングの技術練習1 2024年8月3日(土)
12. エニアグラムコーチングの技術練習2 2024年8月17日(土)

■受講生の声

<エニアによる自己変容>

2016年10月30日

キャリアコンサルタント 石川 みき

私とエニアとの出会いは5年前、鈴木秀子先生の書籍です。
すぐにキャリアコンサルティングでの有用性に気づき、金の斧を得た気分で活用しはじめました。

初めはクライアントのタイプがわからないことも多く十分に活用できませんでしたが、
ケースを重ねるうち、面談の初期段階でタイプの特定ができるようになりました。

結果、クライアントの価値に合わせた傾聴により、クライアント視点の問題の本質を把握する力が身につき、さらにはクライアント本来の能力を活かす方向づけや助言ができるようになりました。

数値的には、例えば、ハローワークでの紹介決定率が格段に上がりました。

(ハローワークでは生活保護受給者の就労支援に携わっていたのですが、
私が勤務する福祉事務所の紹介決定率は、常に京都市 No 1 でした。)

一方、プライベートでは大きな問題を次々に引き起こしていました。

- ・2度目の結婚(タイプ8の方)⇒半年で離婚(自我の衝突)
- ・認知症の母(タイプ9)との喧嘩が絶えない(タイプ3的生き方の押し付け)
- ・ハローワーク(タイプ6の上司)から契約を打ち切られる(スタンドプレーに不信感を抱かれる)
- ・独立を宣言したものの、CCとしての独自のビジネスモデルが描けない(失敗への恐れ)

などなど。ひとり部屋で号泣することも多々ありました。

そんな中、タイプ3としての自己理解がそもそも浅く、タイプ3の囚われを全く手放せていないことにぼんやり気づき始め、安村先生のカフェに参加したことを機に、安村先生からご指導をいただくようになりました。

私の安村先生の第一印象は、

え？ 先生、ほんとにタイプ4？
でした。

実は、私の父もタイプ4です。

私は、父との大きな確執を抱えたまま生きてきた人間です。

そのため、公私問わず、タイプ4の男性と数々の修羅場を経験してきました。修羅場の原因は全て私です。

父は芸大3浪落ちの多摩美です。洋画家の夢があったのに、三重の実家が室町から代々続く宮大工、しかも7人兄弟の末っ子長男だったため、28歳で実家に戻り、母と見合いで結婚しました。

漁業と林業しかない田舎町で、父はファウストよろしく、夢と感動を追い続けたのだと思います。

町議会議員を一期務め、町の新規リゾート開発の立役者として注目された後、町長選に落選。マグロ漁船の船主になったかと思えば、従業員（漁師）とそりが合わず、ほどなく船を手放します。そのころには家財をほぼ食いつぶし、アルコール漬けになっていました。

タイプ4の父は、タイプ3の欺瞞や虚栄、模倣をすぐに見抜きます。

勉強なんて誰でもできる、とか、児童会長なんて誰でもなれる、とか、お前の絵は人まねや、とか。

かと思えば、朝、玄関でバスケットシューズの靴ひもをいかに可愛く結ぶかに没頭していると、いきなり後ろから抱きついてくる、びっくりした私のはねのける、というようなこともありました。

父に認められたい一心の努力は報われず、子供らしく素直に甘えることもできず、タイプ3の「鎧」をひたすら磨き続けた幼少期でした。

20歳の時、久しぶりに実家に帰った大晦日、父の一升瓶を台所の壁に投げつけて、耐え忍ぶ母（タイプ9）の手を驚づかみにして家出、それ以来28年、父とは会っていません。

その後、エニアと出会うまでの私は、

- ・タイプ4の担任に会うためだけの中高時代、
- ・タイプ4の教授の気を引くための司法試験勉強、
- ・「妥協」してタイプ5 w 4 とのズルズルな同棲、
- ・タイプ4 との1回目の結婚、3年後、唾を吐くように離婚、

・タイプ4のお世話になった社長をさんざん傷つけて退職、
などなど。

父から「愛され」なかった、という思い込みが、「何としてでも愛させてやる」という偏執
狂的執着に姿を変えて、多くのタイプ4の人々を傷つけてきました。

私が安村先生に師事した理由は、先生の温かい人柄とかコーチング力とか独創性とか、そう
いうことではなく、

人が根源的囚われを手放し、
気質を透明にするとどうなるか、
を体現しておられると感じたからです。

そのため、

え？ 先生、ほんとにタイプ4？
でした。

エニアをご指導いただく中で、先生が私におっしゃってくださることはいつも一つ。

タイプ3の自我同一性（「鎧」）を手放すこと。

そうすれば、自我・気質の透明度が増し、

「内面の価値」が見えてくる、

さらにはその「内面の価値」を自らの責任で育てることができる。

です。

ビジネスにおいても、事業所様へのエニア研修のご提案書などについて、先生からご指導を
いただいておりますが、先生からご指摘いただくことは結局のところいつも一つ。

タイプ3の鎧を手放せ

です。

結果、劇的な自己変容を果たしつつあります。

決定的に変わったのは、スポットライトを浴びることに、全く興味がなくなったことです。

（以前の私は、家から一歩外に出ると、周囲から自分が注目されているような感覚になり、
日々、疲れ切っていました。しかもその疲れに気づいていませんでした。）

また、失敗を恐れなくなり、他者から批判されても、見下されたと勝手に解釈したり、過度
に落ち込んだりすることがほとんどなくなりました。

なぜこのような自己変容が起こったのか。結論としては、安村先生のノウハウが、
「エニアグラム」+「コーチング」だったからです。

エニアを学んだだけでは、エニアを他者理解の道具としてしか扱えず、深い自己理解に至りませんでした。

コーチングだけなら、私は拒絶、あるいは役に立たないと見下していたと思います。

(実際、過去に自己啓発系のコーチングセミナーを受けたことがあるのですが、講師への嫌悪感が残りませんでした。)

自己成長の10ヶ条(コーチングの目指す「自己成長」のあり方を表現したもの)とエニア学習とが合わさって初めて、大きな自己変容を経験できました。

そして何より、安村先生というメンターの存在がなければ、私は自分と向き合う苦痛に耐えられず、逃げていたと思います。

先生がいつも、

「あなたにはとてつもない内面の価値がある」

とおっしゃってくださっていたからこそ、タイプ3の囚われを手放す勇気が持てました。

結果、これまで失敗を恐れて踏み出せなかった個人事業主としての方向性の確定、具体的なビジネスモデルの考案に、勇気をもって踏み出そうという決意に繋がりました。

自分の人生にこれほどの変容をもたらしてくれたエニアグラムを、今後はキャリアコンサルタントとして一人でも多くの方々に活用していただく道を目指していきたいと考えています。

「エニアグラムによる自身の変容」

エニアグラムを知って落ちたこと。抜け出た時のこと。自分を超えての成長の記録

2015年7月14日

シナリーダンボ株式会社 代表取締役 小原明美

◇エニアグラムとの出会い

エニアグラムとの最初の出会いは安村先生の書籍「9タイプ・コーチング」でした。

なんども読み返し、チェックシートで何人もの診断をし、本を読んですっかり分かったつもりでいました。数年が過ぎたころ起きた人間関係のトラブルから、安村先生の入門セミナーに興味を惹かれ参加を思い立ちました。

◇初の入門セミナー受講時のショック

安村先生のたんと進む午前の講義。なんとなく居所がない感じと、未知のことに触れる強張るような緊張感を覚えています。

そして午後。それぞれのタイプの方が持つ外見的特徴と、各タイプのコミュニケーションを絵にしたものを紐解いていきました。

あるタイプの描いた絵に釘付けになりました。ちっとも意味がわからない。そしてその絵の意味を聞いてさらに混乱。わけがわからない。これだけ分からない相手と何も知らずにコミュニケーションをとることなんて不可能だ。

ものすごいショックを受け、人と携わる仕事をする者として、傘下を預かるリーダーとして、エニアグラムを知らねばならないという危機感から本格的に学ぶことを決心しました。

◇学び始めてぶつかった自分のタイプ（自我）との格闘

私は今の仕事につくまで、遅刻をすることが悪いことだとも思っていませんでした。自分は自分のルール（言い分）がある。自分のルール（言い分）＝「自由でいいじゃないか」でした。ですが時間を守ることに限っては、この10数年で顧客や会合における幾度もの失態・失敗を重ねて来ました。

時間のみならず、過去様々な失態・失敗を繰り返してきました。

- ①憂鬱でいることに自分らしい安心を感じる。
- ②孤独を選択する反面、絶望的な寂しさの中でのもがき。
- ③ルールに縛られることを極端に嫌う。
- ④人と同じことをしなければならぬ苦痛、行動意義のなさ。
- ⑤この人ならと打ち解けた途端、思ったことを口に出さずにいられない。そして出し尽くした後の喪失感。

エニアグラムを学び、それらが生まれ持った気質『タイプ4』の根源的恐れから発する欲求であり、執着であり、態度・言動であることを知りました。自分の気質がすんなり落ちました。そして本来の自分と客観的に出逢えた喜びは感慨深いものでした。誰にも分かってもらえない、自分自身でさえどうにも出来なかった幼い頃からの苦しみの理由をやっと知ることができたのです。

私は幼い頃から自分が「これはいい」と思う出来事があるとすべての人が知るべき、知った方がいいに決まっている、と思い突き進むところがあります。エニアグラムも多分にもれず、学ぶ=発信する目的でスタートしました。

ところが学び始めた途端にぶつかったのがやっと出逢えたタイプ4の自我を持つ自分でした。

- ①主語がない。
- ②何を言っているか相手にはわからない。
- ③すぐに妄想の中に入ってしまったって現実に長時間止まれない。

④知り始めた当初は「そうそう、そうなのよ」と自分を分かってもらえているようで嬉しかった安村先生からの指摘が、コーチとしてリーダーとしてはあってはならない欠点にどんどん変わっていきました。

自由でいたい。自分らしく在りたい。けれど今の自分では多くの人に必要とされる人材にはなり得ない。というより無理なのです。そして私の目的は己のエゴを守ることでなく、この自分が世の中に貢献することで満ち足りる人生を歩むことでした。

じゃあこの自分をポイとほって、新たに生き始めたらいい…。思うは簡単でも心の底からそうしたいと思うことが出来ないのです。寂しくてならない。辛くてならない。大切な人との今生の別れの様に悲しいのです。

そんな時に安村先生から『エニアの薬』をもらいました。「わたしはもうすでに存在意義がある。だから大丈夫だ。」その言葉をずっと繰り返しながら一人でこれまでの自分とお別れのお通夜をしました。馬鹿みたいですが、涙と嗚咽が止まりませんでした。

『エニアの薬』を繰り返し、気持ちは切り替わっていきました。どんな自分もすべて自分。自由でなくてもいい。この自分でよし。驚くほどの特効薬でした。

今も心のざわつきや重さを感じると「わたしはもうすでに存在意義がある。だから大丈夫だ。」を繰り返します。不安定な情緒が少しずつおさまり平常心を取り戻せます。

◇現在の状況

心の在り方と共に大きく変化したことがあります。

私はノートをきちんととることが苦痛でした。斜めにかいてみる。あちこちのページを使う。絵で描く。後で見ることを前提にノートを取ったことが過去にありませんでした。それが自分らしさだったからです。

ところが、安村先生からは

①後で見た時に分かるノートを取れ。

②気がついたことをその都度書け。

③キレイに書け。

と指導されました。

はじめはどうして良いのか方法も分からなかったです。

ところがノートの数が増えていくにつれ、ページの箇所箇所にスペースが生まれてきました。スペースができる様にノートを整理し始めると、頭の中が以前よりクリアになり始めました。本業のセミナーや物事の処理の仕方、様々な発信が変わりはじめた大きなきっかけになったと思っています。

◇今後について

エニアグラムにより人はみんな違うことを知りました。その違いはそれまで想像していた程度の違いどころではありませんでした。全く同じ出来事でも、ある人にとっては不安で動きが取れないようなことであり、ある人にはわくわくテンションが上がることになる。そして同じ言葉を使っている、各タイプによって言語の定義がまるで違うのだという驚き。

エニアグラムを知ることによって、自身の探求ばかりに一生懸命で他者への興味がほとんどなかった自分が、相手の立場に立つという変容にチャレンジし始めることができました

た。まだまだ成長過程ですが、以前とは比べ物にならない心身の余裕と許容が積み重なっていくを感じています。

そして今、強い願いがあります。すべての人にエニアグラムを知って欲しいです。

恋人の為。家族の為。学業の為。育成の為。仕事の為。日本の為。未来の為。

自分が叶えたい人生の目的で活用の仕方は違ってくるのだと思います。

私自身は、“本業で人々の素肌美と健康づくりのお手伝い”をし、“エニアグラム”と“自分の自我をクリアにするエクササイズ”を通して出逢った方々が心の底からの幸福を得る応援をしていきたいです。