

人生の質は
人間関係で決まる。

コミュニケーションデザイナー 東 やすオ



自己紹介

東 やすオ Yasuo Azuma

コミュニケーションデザイナー

コミュニケーションの在り方を通して、人間関係を「リ・デザイン」する仕事。

持続可能な生き方・働き方のために、ロジックではなく「楽しさ」×「体感覚」を中心に活動。

組織向けにチームビルディング実修：65社250回2,500人以上、個人向けに1on1セッション：750時間以上提供。

これまで企業研修や個人向け1on1セッションで実績を重ねてきた結果、既存のやり方に固執してるだけではダメだと気づきオリジナリティを大切にしている。



© 2014-2022 Yasuo Azuma.

大切にしている3つのこと

1 コミュニケーションはやり方ではなく「在り方」

小手先のテクニックだけを一生懸命学んでも無意味

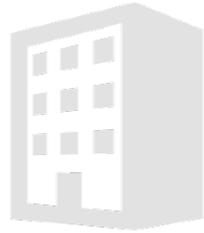
2 誰とでも仲良くする必要は全くない

相手の考えや価値観を知って「ちゃんと嫌いになる」こと

3 一人だけの力で何かを成し遂げることはない

人は社会的な生き物で、誰かとの関係性の中でしか生きられない

4



組織向けサービス



なぜ研修を受けても
変わらないのか？

● スキルや知識を
インプットするだけの研修

● 座学で講師が一方的に教える

● 楽しくない・退屈

● 参加者の一部の人（声の大きい人、
外交的な人など）だけが話す



人が変わる学び方とはなにか？



体験・体感を通して納得すること



対話を中心に自らアウトプットすること



楽しく、前のめりで参加すること



一人ひとりの違いを理解すること

メニュー紹介（組織向け）



レゴ®シリアスプレイ®メソッド

「レゴ®シリアスプレイ®メソッド」を活用した組織コミュニケーション、チームビルディング実修。

世界一の玩具であるレゴ®ブロックを活用。組織やチームの人間力を「可視化」し、本当の問題やその原因、関わる一人ひとりの主体性・創造性・生産性を引き上げるインサイド・アウト型の実修プログラム。

事前ヒアリングの上、目的に応じて完全オーダーメイドで全員100%参加型のプログラムを設計します。



メニュー紹介（組織向け）



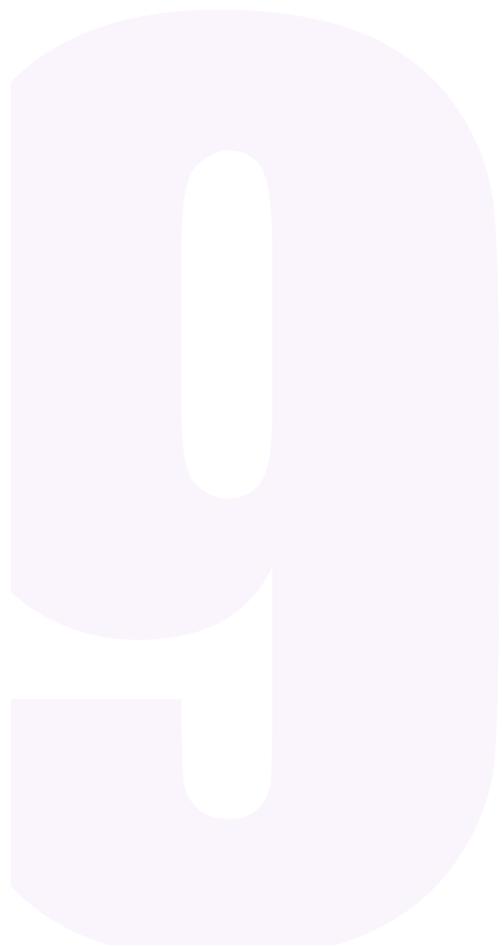
オリジナル人狼ゲーム「王国人狼」

「人狼ゲーム」を活用した組織コミュニケーション、チームビルディング実修。

リアルタイムに複数の人が参加しコミュニケーションを取りながら、チーム作りを学べる実修プログラム。

他の利害関係者から邪魔が入ったり、複数の人がそれぞれのタイミング・思惑で会話が飛び交う、現実のビジネスシーンに即した研修です。





個人向けサービス

一般的なコーチングの限界



一般的な1on1セッション

- 導く・引き出すための傾聴や質問などのコーチングスキル全盛

- 「答えは全てクライアントにある」という幻想

- 短～中期的（単発～3ヶ月）

- 対面（会議室・カフェ等）、オンラインセッション

人が変わる関わり方とはなにか？



コーチのスキル・経験・知識を総動員すること



クライアントの範囲外からの気づきがあること



中～長期的な関わりをすること



日常生活の延長線上ではないこと

メニュー紹介（個人向け）

湘南焚き火セッション

湘南（辻堂）の海岸で波音をBGMに、焚き火を囲みながらの1on1セッション。

普段の会議室やカフェ、自室でのオンラインの対話ではなく、通常の思考パターンの枠を超えるために非日常な自然環境下で実施（初回セッション）。

コーチング等の関わりだけでどうしようとは考えてなくて、焚き火を見つめることで自分自身と向き合っていていただく時間を提供しています。

