あいち出会いサポートポータルサイト
AiconNavi
あいこんナビ

【12月20日(日)】気持ちが伝わる、心が近づく。心地よい関係のつくり方♡大人の恋愛心理学 第3回

「出会える学び場」は独身の方のための学びと交流の場です♡
婚活中のあなたも、婚活には興味がないあなたも、これからの人生が豊になるような学びと出会いがあれば、未来は明るくなります♪
「本当はこうしてほしいのに、うまく言えない」
「気を遣いすぎて、一緒にいると疲れてしまう」
「ちょっとした言葉のすれ違いで、距離を感じてしまう」

恋愛や人との関わりの中で、そんな経験はありませんか？

好きな人と出会ったあとに大切なのは、お互いの気持ちを知り、少しずつ関係を育てていくこと。

今回の「大人の恋愛心理学」は、気持ちの伝え方・相手の話の聴き方・違いとの向き合い方をテーマに、心地よい関係づくりを学びます。

これから恋愛を始めたい方も、今の人間関係をより良くしたい方も。自分と相手を大切にするコミュニケーションを、一緒に考えてみませんか？
＊単発でのご参加も大歓迎です♪

開催日 **2026年12月20日**

❤ 時間： **10:00〜12:00（受付時間：9:45）**

❤ 場所： **Wedding Leadサロン**
(丸の内３丁目６－２７ ＥＢＳビル ５階A

https://maps.app.goo.gl/rvnC8jssAirjwjhw6)

❤ 参加資格　：　20歳以上の独身の男女（年齢の上限はありません）

❤ 定員　：　10名（先着順・男女の人数の調整はありません）

❤ 参加費用　：　2,000円
＊当日現金にてお支払いください

❤ 持ち物　：　参加費、筆記用具、身分証（運転免許証、保険証、パスポートなど）

内容

☆今回は第3回☆
（今回だけのご参加も大歓迎です）

【当日の流れ】
①「違う二人」が、心地よく過ごすために
連絡を取りたい頻度、休日の過ごし方、気持ちを言葉にするタイミング。
育った環境も経験も違う二人には、それぞれの「当たり前」があります。
例えば、毎日連絡を取りたい人と、一人でゆっくり過ごす時間も大切にしたい人。
その違いだけで、お互いの愛情の大きさが決まるわけではありません。
「どうして分かってくれないの？」と思ったときこそ、相手が何を大切にしているのかを知るきっかけになります。
講座では、身近な恋愛の場面を通して、違いがあっても話し合える関係について考えます。

②我慢せず、責めずに。自分の気持ちを伝える
相手に嫌われたくなくて、言いたいことを飲み込んでしまう。
我慢を重ねた結果、つい強い言い方になってしまう。
そんなときに役立つのが、自分の気持ちと希望を整理して伝えることです。
例えば、
「どうして連絡をくれないの？」
という言葉を、
「連絡がないと少し寂しく感じるんだ。忙しい日は、ひと言もらえるとうれしいな」
と伝えてみる。
同じ希望でも、言葉の選び方によって、相手への届き方は変わります。
ワークを通して、「私はどう感じたのか」「どうしてもらえるとうれしいのか」を、自分らしい言葉で伝える練習をします。

③「話し上手」よりも、安心して話せる人へ
会話を盛り上げようとして、話題を探すことに一生懸命になっていませんか？
心の距離を縮めるためには、相手が安心して話せる聴き方も大切です。
相手が話し終わるまで、急いで結論を出さない
すぐにアドバイスをする前に、気持ちを受け止める
分かったつもりにならず、「こういうことかな？」と確かめる
自分と違う考えにも、「そう感じるんだね」と耳を傾ける
「この人には、素直な気持ちを話せる」
そんな安心感につながる聴き方を、参加者同士のワークを交えながら体験します。

④意見が違ったときこそ、二人の関係を育てるチャンス
「休日は一緒に出かけたい」
「休みの日は、家でのんびりしたい」
こんなとき、どちらか一方が毎回我慢していると、少しずつ負担が積み重なってしまいます。
まずは、それぞれがそうしたい理由を知ること。
「一緒に楽しい思い出をつくりたい」
「疲れを取って、ゆっくり話す時間がほしい」
その気持ちが分かると、二人で考えられる選択肢も広がります。
講座では、身近なすれ違いの例を使いながら、お互いが納得できる方法を探す話し合い方を考えます。

【こんな方におすすめです】
✓自分の気持ちを伝えることが苦手
✓相手に合わせすぎて疲れてしまう
✓恋愛で同じようなすれ違いを繰り返している
✓相手の話を上手に聴けるようになりたい
✓意見が違うと、黙り込んだり強く言いすぎたりしてしまう
✓無理をせず、自然体でいられる関係を築きたい
✓これからの出会いに役立つコミュニケーションを学びたい

【カウンセラー紹介】

講師：三木洋子
本来の自分に出会うことで、生き生きとした幸せな人生を歩んでいけるように、
様々なお悩みを抱える皆様の心に寄り添い、望む未来へサポートしております。
・プロフェッショナル心理カウンセラー上級資格
・NLP マスタープラクティショナー他

【次回以降のご案内】（単発での参加も大歓迎です！）
「自分を知る」から「関係をつくる」へ
「大人の恋愛心理学」は、3つの段階で学びを深めていきます。

【第1回】　自分を知る　（9/27）
「理想の自分と、実際の自分」を見つめ、自分の考え方や行動の傾向を知ります。

＊今までの開催報告はこちらから↓

https://wedding-lead.com/blog/

申込方法	①あいこんナビからお申込み ②お電話でのお申込み Wedding Lead パーティー担当者：杉浦由実まで 090-2925-1796 ③メールからのお申込み ｙ_sugiura@wedding-lead.com
申込締切	2026年12月20日(日)8時 直前でのお申込みの方はお電話ください 定員になりしだい締切となります！
備考	【お願い】 開始時刻までにお越しください 【キャンセルについて】 キャンセル料金はイベント前日(12月19日(土)0時)より、全額のキャンセル料が発生します。 予約申込み確認メールに参加予約したパーティ名と氏名、携帯番号と共にキャンセルと記入後返信をお願いします。 ※開催日当日のキャンセルは、必ず電話でご連絡願います。 090-2925-1796 *男女の人数の調整はしておりません
お問い合わせ先	Wedding Lead 責任者； 杉浦由実 TEL：090-2925-1796 Eメール： ｙ_sugiura@wedding-lead.com 公式LINEアカウント：https://lin.ee/L2XH6Mv https://wedding-lead.com/

【12月20日(日)】気持ちが伝わる、心が近づく。心地よい関係のつくり方♡大人の恋愛心理学 第3回

(主催：Wedding Lead株式会社)

https://www.aiconnavi.jp/event/detail/13008