

令和7年度 名護中央公民館講座

◇◇大人も子どももやる気を引き出す魔法の言葉◇◇。
～ペップトーク講座～

講師：長嶺 克氏 / 岸本 辰仁氏
名護中央公民館 第1・2研修室

申込：19名 *参加者26名 *当日参加9名



講師
← 長嶺 克氏

ペップトーク4ステップ
①受容 ②承認
③行動 ④激励

講師
↓ 岸本 辰仁氏



◎講座を受講しての感想

- ・子育ての仕方について、改善する糸口になった。
実践するにはもう少し自分で考える必要があるが、頑張ってみようと思う。
- ・「ペップトーク」を初めて知り講座を受けました。4月から受験生になる息子への声かけに役に立つ内容でした。又、部活の試合前にもやってみようと思います。
- ・一部、二部分かりやすくとても興味を持ちました。言葉の大切さをよくわかりました。
家族関係が平和になりそうで、私が変われば周りが変わる、ですね。
素晴らしい講座ありがとうございました。

♡初めて開催したペップトーク講座言葉の持つ力を改めて学びました。
ありがとう=最高のペップトーク!!

ペップトークとは？

スポーツの試合前に監督やコーチが選手を励ますために行っている激励のスピーチです！
スポーツ現場はもちろん、家庭、職場、教育現場ですぐ実践できるシンプルでポジティブな言葉を使ったコミュニケーションです。

☆☆様々な状況やその時の感情などをポジティブにとらえ、今あるものを承認、否定的な声かけではなく肯定的な声掛けをする。