**eラーニング課題**

**日常に変化を起こす　NLPコミュニケーションの実践例**

氏名(　　　　　　　　　　　　　　　　)

1. コミュニケーションにおいてご自身が重要だと思っていること、得意としていること、苦手なことを、理由とともにご自身の経験に基づいてそれぞれ記述してください。(仕事・プライベートのどちらにおける経験でも構いません)
2. 講座内で扱った5つの項目のうち、ご自身の現状において特に重要であると思う点について、理由とともに述べてください。(仕事・プライベートのどちらにおける経験でも構いません)
3. 上記2をふまえて、ご自身の生活に取り入れたいと思った項目を実践してください。また、経緯・結果とその理由、今後の改善点を記述してください。実践できなかった場合はその旨を回答してください。(仕事・プライベートのどちらにおいてでも構いません)
4. 講座を通じて、今後より良いコミュニケーションを取るためには何が必要か、現状に即して自由に記述してください。