

# BOOK

## 自己理解と他者理解をはかり、 コミュニケーション力を向上させる

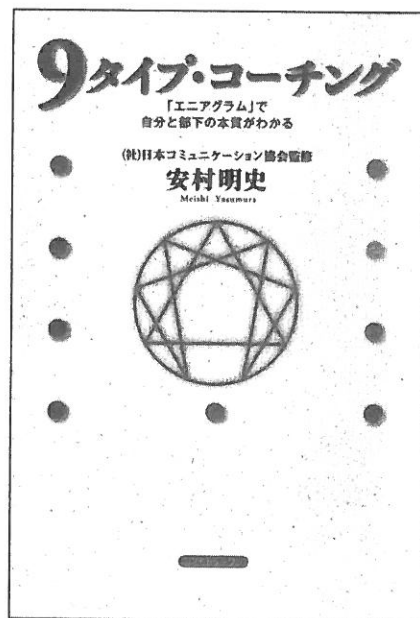
### 編集部

本書は「すべての人は9つの気質に分けられる」というエニアグラムとコーチングを結びつけて職場の良好なコミュニケーション形成を目指している。

「エニア」とはギリシャ語の「9」であり、ここでは人の気質を9種類に分類している。エニアグラムは従来の性格分析と異なり、人は本来9つの気質のタイプ全てを持っているが、3種の脳内物質の活性度によって個人のタイプが決まるという。そして性格や態度・行動習慣は経験によって変化するが、セロトニン・ドーパミン・ノルエピネフリン（ノルアドレナリン）の活性度には個人差があり、この活性度が一生変化しないことから「気質」は一生変わらないとしている。

ここでは、単に自分や他者のタイプを知るだけでなく、相手の気質に合った対応により、相手の意欲の向上をもたらし、良好な人間関係の構築へとつなげている。

従来のマネジメント研修にECの考え方を融合させることで、部下の育成の面や組織目標の達成に多大な効果のあることを、実例を交えて平易な文章でまとめているのも読みやすい。



### 『9タイプ・コーチング』

著：安村明史

刊：コスモトゥーワン

価格：1,400円＋税