



ダンスが 更に上達する魔法のお話をあなただけにしましょう！

第九章 ベスト・カップルの条件

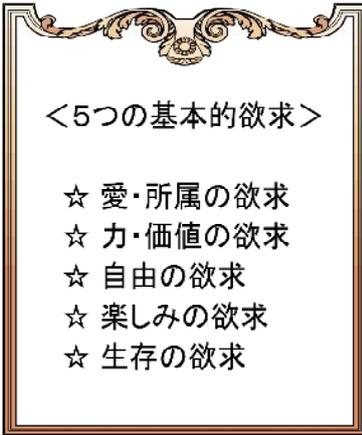
～ あなたは、どの欲求を一番大切にしていますか？

あなたは、こんな経験はありませんか？

「リーダーは、常にコンペで勝つことを目標にして練習をしているが、私はお互いに楽しいダンスを目指したい」

「パートナーは、解放的な性格で、自分のやりたいことをやる人なので、私のダンスに対する堅実な考えと合わない」

ベストカップルとなる条件のひとつに「リーダー/パートナーが、人としてどんな基本的欲求(*)を大切にしているか？」を知り、相手の欲求をお互いに理解することがあげられます。

 <p>＜5つの基本的欲求＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ☆ 愛・所属の欲求 ☆ 力・価値の欲求 ☆ 自由の欲求 ☆ 楽しみの欲求 ☆ 生存の欲求 	☆ 愛・所属の欲求	人と関わりたい、仲間でいたい、愛したい、愛されたい
	☆ 力・価値の欲求	認められたい、勝ちたい、達成したい、感謝されたい
	☆ 自由の欲求	束縛されたくない、自由でいたい、自然体でいたい
	☆ 楽しみの欲求	ワクワクしたい、学びたい、興味あることを追いかけてたい
	☆ 生存の欲求	安全でありたい、経済的/身体的/精神的に安定していたい

それでは、5つの基本的欲求をあなたはどのくらい大切にしているのか、点数を付けてみてください。0.5点刻み(円の半分)で、最高は5点、最低は0点です。 それでは、どうぞ♪

そして、今付けた点数に対し、現在はどのくらいまで到達しているのか、確認してみてください。

さらに、リーダー/パートナーとお互いに確認し合ってみましょう。

相手の大切にしている欲求が何なのかを知ることによって、相手を更に理解することができます。

さあ、試してみてもは、いかがでしょうか？

	1点	2点	3点	4点	5点
愛・所属の欲求	<input type="radio"/>				
力の欲求	<input type="radio"/>				
自由の欲求	<input type="radio"/>				
楽しいの欲求	<input type="radio"/>				
生の欲求	<input type="radio"/>				

(※) アメリカの医学博士&精神科医 ウィリアム・グラッサー博士が提唱した「選択理論心理学」による♪

(*) NLP (Neuro-Linguistic Programming 神経言語プログラミング) とは、心理学と言語学に基づいた成功を手に入れるための実践的な方法と技術です