

コミュニケーションとれていませんか？

＜職場・家族・パートナー・友だち＞

すぐに実践できる コミュニケーション読本

西野 樹美子著
中央経済社
2018.4 <336.4>

あの人に対応するには、どうしたらいいの
だろう？ コミュニケーションで悩んでいる人向け
て、言葉以外の部分も含め自分を変える方法を具
体的に示します。さらに、自分を変えながら職場
を変えていく方法も紹介。



女友だちは自分を映す鏡です

アネット・アンチャイルド著、
講談社
2007.2 <158>

友情は自分を知るための地図。どんな友だち
を選ぶかには、あなたの隠された性格や魅力、
自分自身に抱くイメージが現れている…。プチ
自己分析「ガールグラム」でつきあい美人にな
ろう。



「ねえ、私の話聞いている？」と 言われない「聴く力」の強化書

岩松 正史著
自由国民社
2014.12 <361.45>

傾聴は、相手のことを「そのまま受け止めて支える」
ための聴き方。傾聴講師の著者が、人間関係が楽にな
る傾聴力のつくりかたを紹介します。



家族をラクにする魔法の言葉

宮尾 益知著
飛鳥新社
2013.12 <367.3>

子どもときちんと話し合えない、家庭内が
息苦しい…。家族関係の悩みを解決するた
めのコミュニケーションのコツと魔法の言葉を、
こころの専門家たちがやさしく具体的に問題
に即して紹介する。

- 苦手な人が気にならなくなる本 山崎 洋実著：日経 BP 社<366.4>
- 頭が真っ白になりそうな時、さりとて切り返す話し方 赤羽 雄二著：ベストセラーズ<141.5>
- 夫婦・カップルのためのアサーション 野末 武義著：金子書房<367.3>
- 即答力 松浦 弥太郎著：朝日新聞出版<159>
- 自分を活かすコミュニケーション力 荒木 晶子著：実教出版<361.45>
- 心が軽くなる!気持ちのいい伝え方 森田 汐生著：主婦の友社<361.45>
- 子どもが聴いてくれて話してくれる会話のコツ 天野 ひかり著：サンクチュアリ出版<379.9>
- 吉本ばななが友だちの悩みについてこたえる 吉本 ばなな著：朝日新聞出版<914.6>



情報ライブラリー ご利用案内

◆このほかにも、たくさんの所蔵があります。また貸出中の図書は予約することができます。
くわしくは、情報ライブラリーまでお気軽にお問い合わせください。



〒030-0822 青森市中央3丁目17-1 TEL: 017-732-1024 FAX: 017-732-1073
利用時間 9:00~19:00 (日曜・祝日は17:00まで) *休館日 水曜日・年末年始・図書整理日