

工夫しましょう！

- 目線を**水平に**しましょう！
- **ていねい**な話し方を心がけましょう！
- 相手の話を聞きましょう！
- 言いたいことを**相手に言わせて**あげましょう！

- 同じ悩みをもつもの同士は共感するだけでも大きな第一歩です。

- **耳を大きくして、**とにかく聴きましょう！