

# コミュニケーションスキル研修

【担当講師】 太谷 康子（おおたに やすこ）

## 【対象者】

対人関係力を高めたい全てのビジネスパーソン

## 【研修のねらいと効果】

- 異なる価値観を柔軟に受け入れることで、対人関係力を磨きます。
- さらにスムーズな対人関係を作るために必要なスキルを学びます。

## ◇タイムスケジュール

時間	内容	概要
0:00	◇オリエンテーション	
	1. コミュニケーションの重要性	●コミュニケーションの本質を認識していただきます。
	2. コミュニケーションのポイント	●他の人の価値観を柔軟に受け入れ、自分の視野を広げることで制限をなくし、行動に繋がりがやすくなる状態を作っていただきます。
	(1)相互理解	●「勘違いを防ぐ、相手に不快な思いをさせない」などに気を配りながら、伝わる話し方と話を繋げる質問力を身につけていただきます。
	・価値観の違いと柔軟性	
	・事実を変えてしまう「思い込み」	
	・客観的に観る必要性と表現力	
	(2)話し方、伝え方	●自分自身や相手の反応を観察することに注意を払うことで、コミュニケーションの流れが変わります。まずは柔軟性をもたせることで「聴く」ことに対してフラットな状態を作り、さらに話しやすくなる環境の作り方を学んでいただきます。
	・相手に伝わる話し方のポイント	
	・話をつなげる質問力	
	(3)聴き方	
	・相手が話しやすくなる環境とは	
	・聴き上手でコミュニケーションカアップ	
	3. ケーススタディ	●対人関係で困っていることなどのケースを取り上げ、学んだスキルをいかに使うか考えながら実践。コミュニケーションの構築、対応力を身につけていただきます。
	【講義・実習・グループディスカッション・発表】	
	◇本日のまとめと質疑応答	
04:00	終了	