

コミュニケーションスキル研修

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

- ①異なる価値観を柔軟に受け入れることで、対人関係力を磨く。
- ②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ぶ。

タイムスケジュール

時間	内容	概要
0:00	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する。
	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る。
	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る。
	・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る。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ぶ。
	・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力アップ	
	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、対応力を身につける。
4:00		