

講座名	傾聴力UP研修 ～聞き上手になる為に～
日数	約半日間
到達目標	職場でのコミュニケーションで傾聴のスキルを活用し、現状よりも良好な関係を構築できる状態
受講対象者	企業のリーダークラスの方、中堅社員(入社2～5年目位)、その他、新たにプロジェクトに参加する方等
前提条件	現場においてコミュニケーション(傾聴)の質を向上させたい方、メンバーと良好な関係を築きたい方
研修概要	企業に必要な能力として必ず挙げられているのがコミュニケーション能力です。職場において、コミュニケーションを取らずに生産性が上がることはまず無いと思います。その中でも特に必要とされているのが相手を傾聴することです。コーチングにおいても良いコーチは8割以上、相手の話を傾聴していると言われていています。本研修では関係構築や相手の課題を理解する為に必要な傾聴のスキルを多くの体験を通じて身に付けることが出来ます。
定員	最大24名
備考	講義は2割程度しかなく、約8割は実戦形式の研修内容となっています。

## 傾聴力UP研修 ～聞き上手になる為に～

### 【スケジュール】

研修の目的とゴールの確認、共有

アイスブレイク

コミュニケーションの概要

- コミュニケーションとは
- 良いコミュニケーションとは

コミュニケーションスキル習得

- 傾聴(バーバル・ノンバーバル)
- 聞き上手になるポイント
- 傾聴力UPの為のエクササイズ
- 聞くことの妨げになっているもの

効果的なコミュニケーション

- 効果的なコミュニケーションと取る為に①(ニュートラル)
- 効果的なコミュニケーションと取る為に②(チャンクダウン)

まとめ

【備考】講義は2割程度しかなく、約8割は実戦形式の研修内容となっています。