

## MOKI コンサルタント (株) 提供資料

プログラム名：コミュニケーション力強化研修	
コース日程	1日コース
対象者	日常のコミュニケーションで問題を感じている人、もっとコミュニケーションを円滑にしたいと感じている人
目的	コミュニケーションスキルの幅を広げ、人間関係を損なうことなく、相互の理解と発展的討議が促進されるようになる
到達目標	①コミュニケーションの要素を理解し、自分の足りない部分を知る ②コミュニケーション力改善のための手法を理解し、挑戦する。 ③新しいコミュニケーションスキルを実践で使えるようになる
プログラムの特徴	「知る」、「理解する」、「試す」、「振り返る」のサイクルで、知識とスキルの定着を図っています。 身近な題材や演習を取り入れ、「分かる→できる→使える」を目指します。
内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. コミュニケーションの要素の理解 <ul style="list-style-type: none"> <li>・コミュニケーション上でのトラブルにはどんなものがあるか</li> <li>・コミュニケーションに必要な3要素「人、内容、方法」を知る</li> <li>・自分がやってしまうコミュニケーション上のミスを知る</li> </ul> </li> <li>2. 面談を通じたコミュニケーション <ul style="list-style-type: none"> <li>・話し手と受け手の原則を知る</li> <li>・理解するのと納得するのは別物</li> <li>・「伝える」を学ぶ</li> <li>・演習（うまく話すよりしっかり伝える）</li> <li>・「聞く、聴く、訊く」を理解する</li> <li>・演習（相手の立場できく）</li> </ul> </li> <li>3. コミュニケーションテクニック <ul style="list-style-type: none"> <li>・相手との関係性を良くするコツ</li> <li>・心理学的な効果を学ぶ</li> </ul> </li> <li>4. コミュニケーション上の注意点 <ul style="list-style-type: none"> <li>・知らずにやってしまう“クセ”</li> <li>・印象が生む“良い面”と“悪い面”</li> </ul> </li> </ol>
備考	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事前アンケートで受講者の悩みを伺います。</li> <li>・研修前と研修後での本人の意識変化とスキル習得度合いをチェックします。</li> <li>・御社の要望に応じて、内容のカスタマイズを行います。</li> </ul>