

企業団体向け **傾聴技術 一日講座** (リスナー研修)

“聴く” から始まるリーダーシップ

いま傾聴できる人が求められています。コミュニケーションが大切とはいわれますが、そのほとんどは自己表現方法に傾いてはいないでしょうか。でもみんなが自分の思ったことを好き勝手に言い合ったら子ども湯ニケーションは成り立ちません。自分の立場をちょっと横において、相手が何をいおうとしているのか正確に理解することが求められています。社会的にコミュニケーション不足が叫ばれるいま、聴き上手な人が求められています。

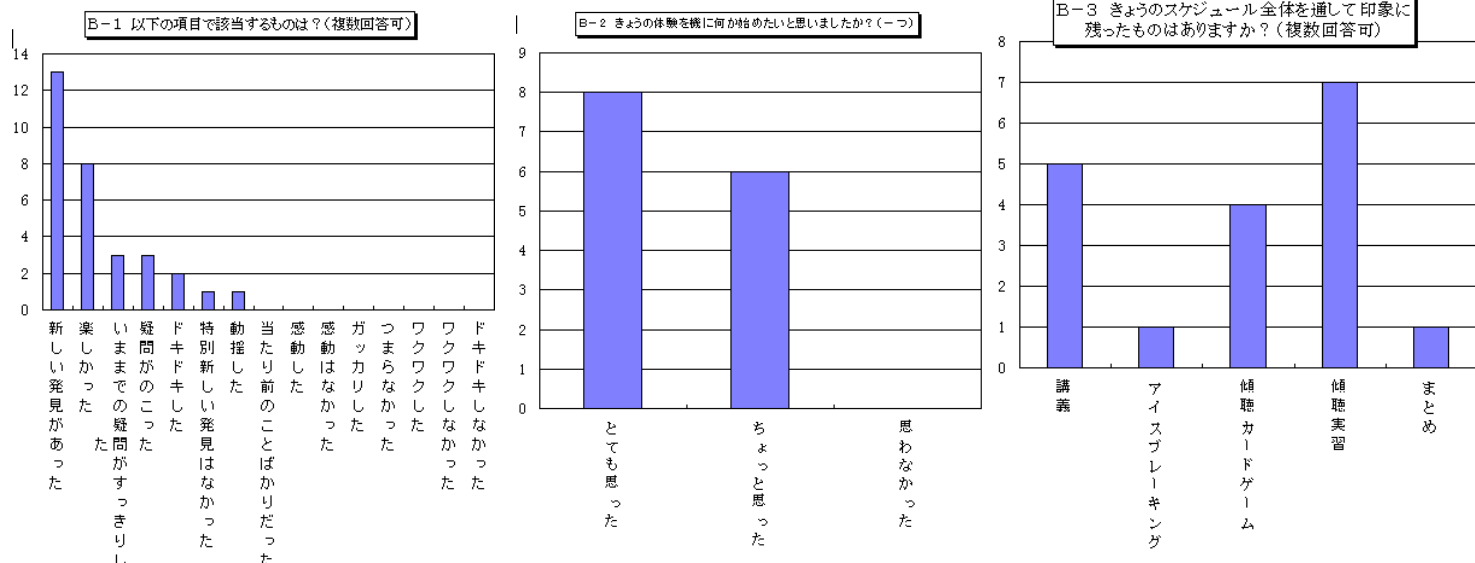
基本スケジュール

No.	テーマ	内容
1 10:00-12:00	傾聴に大切なこと (アイスブレイキング)	1. 自分を知る 2. サポーターを持つ 3. バーンアウトしないために
2 12:00-13:00	昼食	
3 13:00	聴く耳を作る－1	1. 事実を聞き、感情を聴く 2. 聞くと聴くの違い
4	聴く耳を作る－2	1. 「うなづき」と「あいづち」 2. キーワードを拾う
5	聴く耳を作る－3	1. 感情のこもったキーワード 2. 重要なキーワードを捉えて返す
6 -16:30	聴く耳を作る－4	1. もう一つの「訊く」 2. 話し手の思いの明確化
7 16:30-17:00	シェアリング	今日一日を振り返って

※ご要望により、カリキュラムの変更や日数の追加も可能ですのでご相談ください。

研修費用： 150,000 円 + (交通費、宿泊費の実費)

◆お客様の声 — 実際に参加いただいた方からの感想です—



40歳代 男性

講義だけで理解したつもりでも実習すると理解できていないことがよく分かるので実習の大切さを実感した

40歳代 男性

全体を通して前置きが長いと思います。もっと実習が多い方が嬉しい。相手の感情に近づく努力をしたい

50歳代 男性

今後の部下との対応に非常に役立った

40歳代 男性

良く知った人達での研修も新しい発見があつて良かった

40歳代 女性

相手とのコミュニケーションで本質的な部分に入れるかどうかは、相手の気持ちのいったキーワードに気づくことというのは、自分のコミュニケーションのレベルを振り返るよい指標になりそうです

40歳代 男性

相手の立場で考える事、聴く事で相手の悩み、考えが引き出される事の大切さが理解できた。今までは聴くよりも自分の意見を出して相手とのコミュニケーションが出来ていないことに気づいた

40歳代 男性

わかりやすく楽しかった。でも自分のレベルは満足できるところからほど遠く、もう少し力をつけたいと思った

※2008年よりアンケート結果を参考にし、カリキュラムの一部変更を行いました。講義やアイスブレイキングのワークを減らし、ご要望の多かったロールプレイの練習により多くの時間をとっております。

◆傾聴の能力が与える影響

- ・「話し上手」から「聴き上手」へ
- ・良い人間関係作りに役立つ
- ・一生使える人生の技術
- ・どこでも、誰にでも、いつでも使える
- ・誰でも練習すれば上達する
- ・聞き手自身の精神的な安定と成長

◆傾聴講座について

傾聴力は練習により上達しますが**全ての人が同じペースで上達するわけではありません**。その時の聴き手の人としてのあり方が傾聴にも影響します。**私自身の人間力のアップ**が傾聴技術上達には欠かせません。聴き手自身が自分と向きあい自己理解・自己受容を進めることで、他者にも同じことができるようになってきます。そして最後には**私と私に関わる人たちの人生が幸せの方向に進んでいく**でしょう。

◆傾聴が使える場所

職場・会社（同僚、上司、部下、お客様など）、学校（先生同士、父兄、子供たちなど）、家庭（パートナー、子供、親、親戚など）、社会（ボランティア、PTA、地域活動）など、365日24時間傾聴しようと思った時に傾聴は使えます。

◆傾聴は練習すれば誰でも出来るようになります

傾聴は心がけではなくてスポーツと同じ技術の練習です。技術であるということは、同じ練習をしてもみんなが同じだけ出来るわけではありませんが、練習をただけその人なりに必ず成長します。また傾聴の練習は、自分の感情の制御の訓練にもなり、自分も相手も楽になることを目的としています。

◆こういう人に有効

- * 自分は正しいことをいっているのに周りに理解されない様に感じる
- * アドバイスしようとしても聞く耳を持ってもらえない
- * 一緒にいるけれど、相手が何を思っているのか分からない
- * 親しい人との関係がぎこちなく感じる
- * 避けられている気がする
- * 周囲の態度にイラつく

◆傾聴習得後の変化

- * 「私の話を聞いて！」→「あなたの話を聞かせて！」（自己主張 → 他者理解）
- * 「私の言うとおりにして！」→「あなたが私と違って当たり前だね」（コントロール → 他者受容）
- * 「こうすればいいんだよ！」→「それで辛かったんだね・・・」（個人的な価値観 → 共感的理解）
- * 「なにかアドバイスしなくちゃ（汗）」→「私にお手伝いできることはありますか？」（自己犠牲的責任感 → 自他分離）

◆開催料金

- ・用途例： 社員・団体研修
- ・会場： ご用意いただいた会場へ出張し開催
- ・料金： 150,000円（税込） + 必要経費（交通費、宿泊費の実費）
- ・開催人数 3人～12人程度（ご相談ください）

※ 開催日と合わせて交通費、宿泊費等の必要経費の実費分をご負担いただく都合上、お支払いは開催後にこちらからご請求書をお送りいたします。

◆設備

ホワイトボードなどがあればベターです。また広い会場の場合はマイクをご用意ください。

◆会場

座学と3名～4名が1グループとして向かい合って行うロールプレイの研修があります。座学のときは筆記が出来るように机とイスの両方をご用意ください。ロールプレイ時に机は必要ありませんが、机の移動が出来ない場合は、机を挟んでロールプレイを行うことも出来ます。

また、ロールプレイでは隣のグループの音が気にならない程度の距離を取れる広さの会場が理想的です。会場についてご不明な点はお相談ください。

● キャンセルについて

キャンセル時は以下のキャンセル料のご負担をお願いします。

- ・予約から開催7日前までの受講キャンセル ⇒ なし
- ・開催6日前から2日前の受講キャンセル ⇒ 受講料の20%
- ・前日のキャンセル ⇒ 受講料の50%
- ・当日のキャンセル ⇒ 受講料の100%

◆お申し込み方法

別紙、申し込み書にご記入の上、FAXまたは郵送で弊社までお送りください。

◆その他

ご要望によりフォローアップ研修や継続研修の開催もいたしておりますので、ご相談ください。

傾聴技術一日講座 申し込み書

この用紙に必要事項を記入の上、郵送にて弊社までお届けください。※は必ずご記入ください。
お申し込み書内容を確認させていただき、こちらからご連絡させていただきます。

※お名前	ふりがな
(お申込み者、または代表者名)	
(会社・団体名)	
※連絡先住所	〒
※電話番号	
メールアドレス	
※開催希望日時	月 日 時 ~ 時
(↑開催時間の基本は昼食を入れて7時間となります)	
参加予定人数	人
備考	



FAX : 0465-32-1794

