

職場コミュニケーションスキル向上

○講座のねらい

良好な人間関係は、業務の生産性や職場のメンタルヘルス等に影響を与える重要な要素である。そのため、自己理解を深め、状況に応じて、自分自身をコントロールする方法を学ぶとともに、自分自身のコミュニケーションの特徴を理解し、仕事で必要なより良い人間関係を築くためのポイントを学ぶ。

○対象者

受講を希望する職員

○日 程

令和4年10月31日（月）～11月 1日（火）2日間

○会 場

自治研修センター（午前9時30分までに集合）

○予定人員

35名

○講 師

(株)TAS

高見 千鶴



○カリキュラム

	午 前	午 後
1 日 目	(9:40~10:00) ・オリエンテーション (10:00~12:00) ・より良いコミュニケーションの基本を確認 ① 職場コミュニケーションの重要性 ・職場コミュニケーションの現状理解 ① 職場コミュニケーションの見える化と問題	(13:00~16:30) ② 問題の向き合い方、解決のヒント ・対話上の技術向上トレーニング ① 場づくり、傾聴、共感、存在承認 ② 伝え方、問いかけ、遊び心とユーモア
2 日 目	(9:40~12:00) ・自己理解力向上 ① 自分の中に存在する様々なメンバーとは ② 自分の中のプラスメンバーと マイナスメンバー ③ 自分の行動特性などを理解する	(13:00~16:00) ・他者理解力向上 ① 他者理解の視点 ② 個性に応じたコミュニケーション ③ より良い人間関係に向けての自己課題 ④ 研修のまとめ (16:00~) ・閉講

【令和3年度受講生のアンケートから】

- この講座を受講することで、新たな環境下に置かれた際の適した立ち回り方や、コミュニケーションを図る方法を学べるのではないかと思います受講した。
- 自身のマイナスな性格について、マイナスな面だけではなくプラスに働く面があることを知ることができた。
- 「自分を知ること」が相手への理解につながることになる。自身のマイナスな面に着目し、再確認することで、「認める」という大切なことに繋がることを学んだ。