

風通しの良い職場づくりのためのコミュニケーションスキルを学びたい方向け



新企画

～言いにくいことをスマートに伝え、厳しい言葉をフラットに受け止める～

# 風通しの良い職場をつくるコミュニケーション術

開催日：2021年9月27日(月) 13:00～16:00

講師：(株)ヒップスターゲート **しば たかこ** 柴田 登子 氏

略歴：

キャリア形成、女性活躍推進、ダイバーシティ、ハラスメント、スピーチ・プレゼンテーション研修を自治体や公共職業訓練校、企業及び大学などで実施。キャリアコンサルタントとしても厚生労働省セルフ・キャリアドック普及拡大加速化事業/キャリア形成サポートセンター、若者自立支援センター埼玉、企業・自治体でキャリア面談を担当している。さらに、世界的なパブリックスピーキングの団体であるトーストマスターズインターナショナルの日本語スピーチコンテストにおいて2度、優勝した実績を持つ。2019年より(株)ヒップスターゲート講師として活躍。受講者に合わせた事例を取り入れながら講義を進め、職場で活かせる知識と行動を促す。

## ◆特色

相手の立場や気持ちを気にし過ぎて自分の意見を伝えられない、その為にせっかくのアイデアや改善が埋もれてしまったり、ストレスをため込んでしまうなどという方はいらっしゃいませんか？

本セミナーでは、相手のことも配慮しながら自分の気持ちや考えを伝える“アサーティブコミュニケーション”のスキルを育成します。一人一人のコミュニケーションスキルの向上により、風通しの良い元気な職場づくりを目指す方、是非ご参加ください！

## ◆カリキュラム

※録音・録画はご遠慮下さい。

### 1. コミュニケーションスタイル

- (1) 日々のコミュニケーションで心掛けていること
- (2) 自分のコミュニケーションスタイルを知る  
【ワーク】

### 2. 好感を得る聴き方

- (1) 効果的に聴くチカラ
- (2) コミュニケーションの質の違いを体感する  
【ワーク】

### 3. アサーティブな自己主張の仕方

- (1) 効果的に伝えるチカラ
- (2) アサーションチェックシート 【ワーク】

### 4. 相手を承認する言動の大切さ

- (1) 効果的に“対人関係を築く”チカラ
- (2) 相手を認める肯定的な表現方法とは
- (3) YOUメッセージとIメッセージ 【ワーク】
- (4) プラスとマイナスのストローク 【ワーク】

### 5. まとめ

**受講方法** 本セミナーは、『オンラインLIVEセミナー』です。(会場受講はございません。)

**オンライン受講 (Zoom)** …セミナー当日、お客様のPC・タブレット等でご参加いただけます。

※事前に「ミーティング用Zoomクライアント」または「Zoomモバイルアプリ」のダウンロードをお願いいたします。(無料)

URL <https://zoom.us/download>

セミナー開催前日までにオンライン受講のご参加方法について、ご参加者様にe-mailでご連絡いたします。

**受講料** 会員…22,000円 一般…29,700円

\*参加者1名様、消費税等、テキスト・資料代を含む  
\*「無料券」・「優待サービス」をご利用いただけます。

**B**

※無料券をご使用の際は、ホームページのセミナーお申込みフォームの通信欄に「無料券使用」とご入力ください。

会員の方：入会時にご選択いただきました「口座振替」あるいは「お振込み」のいずれかのお支払い方法になります。

一般の方：振込先について事務局よりご連絡いたします。セミナー開催4営業日前までにお振込みください。

\*キャンセルはセミナー開催2営業日前の17時までにご連絡ください。それ以降のキャンセルは、受講料の全額をいただきます。

なお、参加申込みが催行可能人数に満たない場合や講師の病気、天災等により、開催を中止させていただく場合がございます。

お申し込みは、当社HP URL <https://www.rri.co.jp/seminar/> よりお願いいたします。

りそな総研セミナー

検索

お問い合わせ先 りそな総合研究所 研修セミナー部 TEL 03-5653-3951