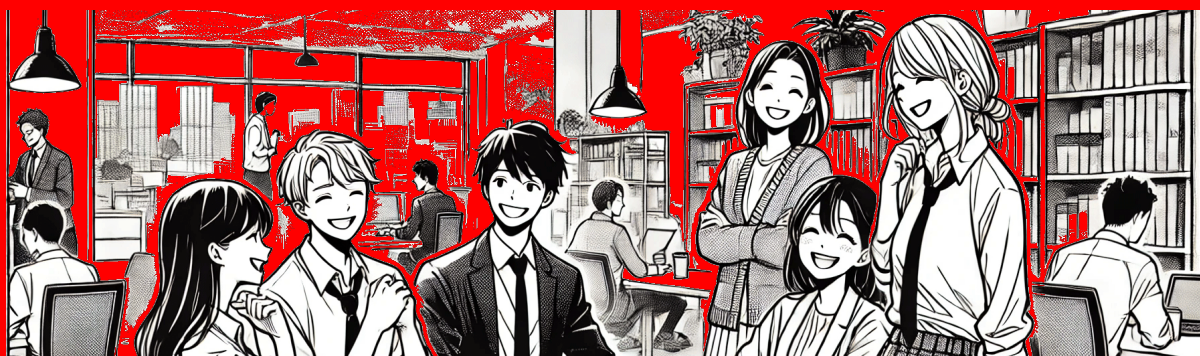


**アサーティブとは、自分も相手も大切にしながら、
誠実で率直なコミュニケーションを目指す考え方です**

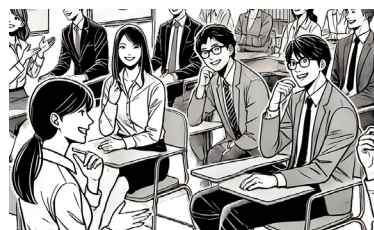


コミュニケーション研修

性格そのものは変えられませんが、コミュニケーションの方法は改善できます。しかし、自分のコミュニケーションパターンに気づき、それを変えるのは簡単ではありません。この研修では、実践的なロールプレイを通じて、自分の要望や感情を適切に伝えるスキルを習得します。コミュニケーション力の向上は、上司や部下との関係改善、チームワークの強化、顧客対応の円滑化、人間関係のストレス軽減などに効果があります。職場でのコミュニケーションに自信がない方や、人間関係を改善したい方に最適な研修です。

受講対象者	新入社員・若手層・中堅層
目的	ストレスレスな人間関係の構築
受講方法	E-ランニング（オンライン）
時間/料金	合計7時間 / 92,500円（税別）/人

**ストレスフルな
仕事環境を!!!!**



1. こういう場合どうする？

2. アサーティブであるということ

- ①考え方と行動のパターン
- ②なぜアサーティブになれないのか
- ③アサーティブになれない場面を具体的に考える
- ④感情を整理する

3. コミュニケーションとは

- ①コミュニケーションとはねじれて伝わる
- ②コミュニケーションにおける心構え
- ③ロールプレイ

4. 話の聞き方

- ①相手の話を受け止める
- ②相手の言葉に反応を示す

5. 話の進め方

- ①話を伝える手段 DESC法
- ②STEP1 描写する
- ③STEP2 表現する
- ④STEP3 & 4 提案する、選択を促す

6. ケーススタディ

7. シナリオ作り 行動計画

□□□□□□□□□□□□

▼WEBフォームまたはお電話にてお問い合わせください

TEL 0123-456-7890



ピーチボーイ

<http://peachboy.jp>

