

とっておきのコミュニケーションスキル

～あなたの望む未来と可能性を手に入れる～

目的 人はいつも自分と、そして相手とのコミュニケーションが円滑に進むことを求めています。この研修は、言語を通して自分を変え、他人との関係性を望む方向に変化させることのできるNLP(神経言語プログラミング)を使ってコミュニケーションの基礎を学びます。その結果、楽にそして確実に、望む未来を手に入れることを体感します。

ポイント 1. 観る/聴く/話す/質問する 基本的なコミュニケーションスキルを身につけることができます。
2. 『自分取り扱い説明書』を作ります。それによって自分の能力と可能性を拓くことができます。
3. 自分のコミュニケーションタイプを知り、相手とより効果のある関係を作ることができます。
4. 交渉する、人前で話す、苦手な人との会話など、仕事の場面で活かすスキルを学びます。

【プログラム例】

対象者: 20代から40代の中堅社員 (定員: 20名まで)

時間数: 12時間 2日間コース

	項目	内容
1 日 目	コミュニケーションとは	・NLPについて ・コミュニケーションのめざすもの ・私の環境整備 “脳の取り扱い説明書”を作る
	非言語コミュニケーションを鍛える	・ラポールを築くには ・ペーシングとミラーリングで相手の気持ちをつかむ
	コミュニケーションのアンテナ探し	・これが強み！私のコミュニケーションタイプを知る “観る・聴く・感じる”あなたはどれが一番？ 代表システムを知る
2 日 目	自分のパワーコントロール	・自分の枠組み、思い込みを変化させる ・望ましい結果を手に入れるための方法
	相手から情報を引き出す	・聴く力をつける ・効果的な質問力を身につける
	未来を見つける	・タイムラインワーク ・望む未来を設定する



米国NLP協会認定トレーナーASSOCIATEによる実践的な内容です

- ・自分のコミュニケーションタイプを知ることで、職場の同僚と会話することがスムーズになりました。
- ・自分の目標や望む未来がはっきりとわかりました。
- ・コミュニケーションの大切さ、特に観察する、聴くことをしっかりと学びました。
- ・自分の過去にはこんなにも宝物がいっぱいあったなんて、これを未来に活かしたいと思います。

あわせてNLPによる個人カウンセリングを実施することも可能です。ご相談ください