

## 実践！コミュニケーション研修

～上司への適切な伝え方を学ぶ

開催日：2022年2月3日（木）午前10時～午後5時

（9時45分から接続可能）

## 研修内容・特徴

仕事を行っていくなかで上司とのコミュニケーションは欠かせませんが、苦手としている人も多くいます。「相手が忙しく、話しかけるタイミングが難しい」「緊張してうまく話せない」「自分の苦手なタイプの人だ」など、様々な悩みが考えられます。本研修では、そんなお悩みを持つ方にピッタリの講座です。以下のポイントを学び、上司とのコミュニケーション円滑に進めていけるようにします。

- ・忙しい上司への接し方
- ・緊張する上司と会話する際のポイント
- ・分かりやすく説明するためのコツ
- ・上司が苦手なタイプの場合の心構え

## プログラム

## 1. 普段のコミュニケーションを振り返る

【ワーク】上司とコミュニケーションをとるうえで難しいこと、困っていることを考える

- （1）上司とのコミュニケーションの重要性
- （2）コミュニケーションが難しくなりやすい場面
- （3）ビジネスパーソンの1日～コミュニケーションが必要なタイミングを確認する

## 2. 忙しい上司に接する心構え

- （1）上司の常識・考え方を知る
- （2）上司をよく観察する
- （3）気づかひを見せる

【ワーク】話しかけるフレーズ、クッション言葉を考える

## 3. 緊張する上司とのコミュニケーション

- （1）言葉遣い・マナーの基本は必ずおさえる
- （2）相手の話をしっかり「きく」

【ワーク】「聴く」スキルの実践

- （3）共通の話題を探す～雑談力を身につける

【ワーク】話題にできることを考える

- （4）事前に話すことを整理し、練習する

## 4. 上司へのわかりやすい説明の仕方

（1）上司への説明の基本フロー

（2）論理性が重要

（3）わかりやすく話すうえで大切なこと

①言いたいことを明確に ②相手の知りたいことは何か考える

③何を話すか整理する ④話の出だしは簡潔に

⑤上司に伝える時間の目安 ⑥伝えることは200字にまとめる

【ワーク】出張で不在だった上司に昨日の1日のできごとを分かりやすく報告する

## 5. 上司が苦手なタイプの場合のコミュニケーション

（1）先入観を持たない

（2）相手がどんなタイプか想像する

（3）できるだけ簡単にシャープに話す

## 6. 本日の研修を振り返って

【ワーク】研修を踏まえ、明日から職場で実践したいことをまとめる

## &lt;ご受講について&gt;

本研修はZoomを活用したライブ型のオンライン研修です。

当日参加予定の環境で接続が可能であることを事前にご確認ください。 ※Zoom公式サイト <https://zoom.us/test>

講師は受講者の表情を確認しながら講義を進めますので、お顔出しでご参加いただけます。

・お申込者ご本人のみご参加いただけます。

・録音・録画・撮影、スクリーンショットやダウンロードおよびセミナー資料の無断転載や受講用URLの転載は、固くお断りいたします。

・Zoomへのご登録、アプリのインストールをせずにWebブラウザからご参加いただけますが、推奨はしておりません。

スムーズにご参加いただけるようアプリのインストール等ご検討ください。

お申込みはこちら

【YRPビジネススキルアップ研修について】

横須賀市ICT人材育成事業補助金を受けて、(株)横須賀テレコムリサーチパークが実施している研修です。横須賀市内企業様の人材育成を応援します。

受講料  
(税込)

横須賀市外企業

26,400円

横須賀市内企業

15,400円

【主催】  
株式会社横須賀テレコムリサーチパーク【後援】  
横須賀市