



社団法人 全国心理総合サポート協会  
National Mental support association

NMSA

# コミュニケーション技能一級

## 資格取得 講座

### 講座内容

9：00～17：00 7時間／1日（休憩1時間）

### 金額

39,800円（税込） 講習代・テキスト・試験代・認定証発行代含む

### 集金方法

- 1 口座振り込み 事前にお振込みを頂く場合には、1,000円引きとなります。  
（申し訳ございませんが、振込手数料はご自身でご負担ください。）
- 2 会場にて当日集金

### 持ち物

筆記用具 ランチ 飲み物（蓋の付いたボトルなら持ち込み可能）

12：00～13：00はランチ休憩となります。近くのコンビニやレストランにてお食事をお済ませ頂いても結構ですし、お弁当をお持ち込みいただいても結構です。

### キャンセルの場合

当日までに必ず電話連絡かメールにてご連絡をお願い致します。  
各月で開催されている講座に振り替え可能となります。

### 託児ご希望の場合

開催場所によっては託児をお受けすることが可能となります。  
事前にお問い合わせください。



社団法人 全国心理総合サポート協会  
National Mental support association

NMSA

### <コミュニケーション技能とは>

そんなつもりじゃなかったのに・・・誤解されてしまった。

もっと上手に人の話を聴けるようになりたい。

誰からも、信頼されて安心してもらえるようになりたい。

人の役にたちたい。

誰かの心の支えになりたい。

もっと上手にコミュニケーションが取れるようになりたい。

第一印象を良くしたい。

もっと相談して欲しい。話して欲しい。

いつもみんなと楽しく過ごしたい。対人関係が心地よく感じて暮らしたい。

良い上司になりたい。良い部下になりたい。職場で楽しく過ごしたい。

嫌いな人、苦手な人を減らしたい。

を解決する対話の技術を習得します。

人は生きてると色々な誤解や、生きずらさを感じることがあります。

そのほとんどが、コミュニケーションによる誤解だったり、すれ違いだったりもします。

また、家族 友人 会社 地域など人との繋がりがなくては人は生きてゆけません。

この講座では、コミュニケーション力向上に必要な聴き方、接し方、話し方、などを言語、非言語を使って上手に表現できるための演習、講義を行います。

※この資格は、傾聴カウンセラーを受講されてからの受講をお勧めいたします。

傾聴カウンセラーに関しましては、傾聴カウンセラー認定講座をご覧ください。



## 【コミュニケーション技能一級受講内容（例）】

※実施内容が多少変更されることがございます。

### 1 はじめに

- 1) コミュニケーションとは？
- 2) コミュニケーションの必要性

### 2 人の心の流れ 第一印象から、信頼構築まで

- 1) 人の心の変化を知る
- 2) 良い第一印象の作り方
- 3) 信頼関係構築

### 3 基本姿勢 安心感の与え方

- 1) 聴く』スキルとは？＝傾聴力のポイント
- 2) 傾聴の3つの意識レベル
- 3) 日常で行う傾聴とビジネス傾聴の違い
- 4) うなずき、あいづち、バックトラッキング（フィードバック）
- 5) 正しい会話の構成
- 6) 演習

### 4 本音と課題を引き出す質問の技術

- 1) 真のニーズを聞き出す会話術
- 2) 質問のための話法
- 3) 質問4ステップ 現状把握質問
- 4) 質問4ステップ 問題把握質問
- 5) 質問4ステップ 示唆質問
- 6) 質問4ステップ 解決質問

### 5 実践！コミュニケーション

- 1) 相手の良いところは？
- 2) 最初の一言は？
- 3) 演習