

日常生活に活かす傾聴のスキル ——聴く力を高めて人生を豊かに——

クラス
コード

53A38

曜日時限 金曜13:15~16:30 **受講料** 8,400円 **定員** 20名 **単位** 1単位

概要 「聴き方」は、コミュニケーションの質を決める大切な要素です。講座では傾聴のスキルを受講生同士で練習し合い、体験的に学びます。聴く力を高めることで、コミュニケーションをさらに楽しく豊かに育んでいきましょう。そのための具体的な工夫を見つめます。

講師 齊藤 知江子

コーチングコア代表 ライフコーチ（国際コーチ連盟認定プロフェッショナルコーチ・米国CTI認定プロフェッショナルコアアクティブコーチ）
学校や自治体の親子のコミュニケーション講座や企業の管理職向け講座などを担当

テキスト プリントを配付します

内容 6月1・15日（全4回／1日2回）

- 1 2 6月1日 コーチングの基本である傾聴のスキルを、ロールプレイを通して実践練習し、自身の良いところと課題を見直します
- 3 4 6月15日 日常のコミュニケーション（身近な人との関わり）に傾聴のスキルを活かすためのコツを学び、各自の工夫を見つめます