



階層別 / 半日研修

New

部下との信頼関係を築く コミュニケーション研修

～身に付けたい・言葉をセレクトするスキル～

➤ 本研修の概要とねらい

中間管理職は、経営層・上層部の意思決定を支援するとともに、部下のマネジメントや関係部署との調整を行う重要な役割を担っています。しかし、その多岐にわたる業務により、特有のストレスを抱えやすく、特に部下との関係構築に課題を感じるケースが多く見られます。「自分でやったほうが早い」と考え、リーダー職を避けたがる傾向も見られます。こうした課題を解決するには、効果的なコミュニケーションを通じて部下の信頼を得ることが不可欠です。信頼を築き、部下に業務を任せられるスキルを身につけることで、中間管理職としての役割をより効果的に果たせるようになります。

- (1) ビジネスシーンにおけるコミュニケーションの本質を整理し、深く理解する
- (2) 中間管理職として身に付けるべき「伝わるコミュニケーションスキル」を習得する
- (3) 良好なチームづくりに向けて、前向きな姿勢と行動意欲を高める

➤ 本研修の特徴

ペップトークを用いて、指導や注意が必要な場面でも、上司自身の負担を減らしながら部下に伝えるための言葉の選び方を学びます。「何を言うか」よりも「どう言うか」という視点を持ち、相手の行動変容を狙った言葉選びのポイントをお伝えします。

※ペップトークとは…もともとアメリカでスポーツの試合前に、監督やコーチが選手の力を引き出すために行う、短い激励スピーチのことです。「否定」ではなく「肯定」を、「禁止」ではなく「提案」を用いることで、相手の気持ちを前向きにし、行動を促す科学的コミュニケーション手法として注目されています。

➤ 主なコンテンツ

詳細は裏面のタイムテーブルをご参照ください。

➤ 受講対象（推奨）

係長級



一般社団法人 日本経営協会講師
田中 とも子（たなか ともこ）

一般社団法人日本経営協会講師

国内外の大手アパレルメーカーおよびテーブルウェアメーカーでの勤務経験を経て、講師として独立。現在は、日本ペップトーク普及協会の認定講演スピーカー・セミナーファシリテーターとして、ペップトークを活用した接遇力の向上や人材育成に取り組むほか、接客コンテストの審査員なども多数担当。CS向上、ビジネスマナー、ヒューマンアセスメント、カスタマーハラスメント、ペップトークなどをテーマに、多数の企業や自治体で年間100本以上の研修・講演を実施。

（一財）日本ペップトーク普及協会 認定講演スピーカー・セミナーファシリテーターや、キャリアコンサルタントなどの資格を持つ。

本講師の他の研修

- a. CS向上
- b. カスタマーハラスメント
- c. メンタルヘルス

部下との信頼関係を築くコミュニケーション研修

半日研修タイムテーブル案

研修テーマ	主なコンテンツ
1. ビジネスのコミュニケーションとは	・リーダーが抱えがちな悩み ・ビジネスコミュニケーションの種類 (ビジネスコミュニケーションの目的・コミュニケーションの種類と目的を整理、理解する)
2. 心理的安全性 ビジネスのコミュニケーションの土台	・心理的安全性がなぜ注目され、必要なのか？ ワーク: 部下の好きなものを探る (心理的安全性とは何か、注目された背景を知る 相手が話したくなる場づくりについて学ぶ)
3. 伝わるコミュニケーションのスキルを身に付ける	・スポーツの場で指導者が使うコミュニケーションスキル(ペップトーク)の構成 ・「怒る」と「叱る」の違い／「否定」と「肯定」の違い ワーク: してほしいことをストレートに言い換える ワーク: ペップなフィードバックの仕方 ロールプレイ: シナリオロープレ (ペップトークの基本構成を理解し、指導や注意が必要な場面において、どのように活用するのかを学ぶ)
4. リーダーとしての役割を認識する	・リーダーとしての役割を認識する ・リーダーシップとは何か？ ・自分自身を励まし、応援するスキルを身につける (さまざまなリーダーシップの在り方を知り、自身の役割や立ち位置を見つめ直す。また、部下への関わりだけでなく、リーダーとして奮闘する自分自身を支える言葉にも目を向け、今後の行動につなげる)
5. まとめ	・本日の気付き 今後に向けて (研修のまとめと振り返り)

※プログラム・内容はご相談のうえで決定します。

■本研修コーディネーター担当者からのワンポイントメッセージ

❖講師は、日本ペップトーク普及協会の認定講演スピーカーおよびセミナーファシリテーターとして活動しており、ペップトークの実践的な指導に定評があります。
本研修では、今注目されるペップトークを活用し、相手の行動変容を促す言葉選びのポイントや、現場で使える効果的なコミュニケーション手法を身につけていただけます。

本研修に関するお問い合わせ

一般社団法人 日本経営協会 関西本部
〒550-0004 大阪市西区靱本町1-8-4(大阪科学技術センタービル)
電話 06-6443-6925 FAX 06-6441-4319
URL <http://www.noma.or.jp>