

階層別選択研修（共同）

研修名	中級【コミュニケーション分野】	受講者の声		
	自己表現力向上研修 ～アサーティブ・トレーニング～	自己のコミュニケーションについて客観的に見直す契機となり、今後の業務におけるコミュニケーションについても改善すべき点が見つかったため、非常に有意義な研修となりました。		
講師	(株) マネジメントサポート 出川 景子 <small>でがわ けいこ</small>	実施日数・時間	2日間	
		手法	通所研修	
		会場	自治人材開発センター	
		市町村研修コード	215～216	
ねらい	アサーティブの理論と技法（相手の立場を理解しつつ、自分の要望や提案を率直に、誠実に伝え、問題の解決を図っていく実践的なコミュニケーションの力、対人関係スキル）を学び、「率直に話し合いのできる関係づくり」ができる力を身に付けます。			
対象者	【県】 次のいずれかに該当する職員 ・令和2年4月1日以前に採用された主事・技師・主任級の職員 ・令和4年4月1日以前に採用された主事・技師・主任級の職員で、令和5年4月1日現在25歳以上の職員 【市町村】 主任級以下の職員			
実施日	① 7/20(木)・7/21(金) ② 9/7(木)・9/8(金)			
予定人員	県30人・市町村30人（各回 県15人・市町村15人）			
学 習 計 画				
日程	カリキュラム	時間数		内 容
		時	分	
1日 9:00 ～ 16:30	自己のコミュニケーションの傾向を知る コミュニケーションを豊かにする「話す力」 コミュニケーションを豊かにする「聴く力」	6	30	・交流分析による自己理解 ・期待に応えるための行動変容 ・わかりやすく説得力のある話し方 ・相手の理解と共感を得るための話法 ・積極的傾聴の意義と効果 ・質問話法の種類と実際
2日 9:00 ～ 16:30	アサーティブコミュニケーションの意義と効果 アサーティブコミュニケーション実践 （自己表現編） （他者受容編）	6	30	・3つのコミュニケーションスタイル ・職場でどう活かすか ・自分の意思の確立 ・自分の意思の表明 ・他者の尊重 ・協働作業としての会話展開
特記事項	・県職員：人事委員会事務局が実施する主査級昇任試験の受験要件となる選択研修です。県職員のみ受講後は研修効果確認レポートの提出が必要です。			