

TOP page

資料室

イベント情報

講師を探す

Worker's 広場

関連リンク

## 資料室



HOME | 資料室 | 一般教養 | 傾聴 | 傾聴トレーニング (1)

労働組合

労働者福祉・共済

一般教養

社会保障

労使トラブル法律相談Q&amp;A

労働関係法

経営全般

人間関係とコミュニケーション

ライフプラン

男女共同参画

公務員関係法

日朝の歴史

7つの習慣

中東の歴史

ボランティア活動

環境活動

社会貢献活動

自己啓発

生涯学習

外交・防衛問題

資本論

教育カリキュラム

日本国憲法

## 傾聴トレーニング (1)

「ほんものの傾聴」はどのようにすれば身につくのか？  
諸富祥彦先生は、「傾聴の5ステップ式トレーニング」を推奨している。

## 第1ステップ

## ここをこめて、ただひたすら 聴く

最初のステップは、「相手の話の腰を折らず、邪魔をせずに、ここをこめて、ただひたすら聴く」ことを学ぶ段階である。

(1) 話し手と聴き手の距離・角度 話を聴くのに、相手の方の話をどの位置で聴くか。

これは結構重要な問題だ。

真正面に座ってほしい、という人もいれば、45度くらいの角度で座って欲しいという人もいる。

角度だけでなく距離も重要だ。実際に練習してみよう。

まず二人一組になってじゃんけんをしよう。

勝った方が話し手、負けた方が聴き手。

話し手の人は、じっと座っていて、負けた方の聴き手の人が、椅子をあちこちに動かして、自分がどの位置にいと話し手の人が話しやすいかを感じてもらう。

距離だけでなく角度もいろいろ変え、10か所くらい動いてみる。

それぞれについて、パートナーがどのように感じるかを、コメントしてもらう。

5分くらい経ったら、聴き手の人は話し手の人に、話し手の人自身にとってベストな位置を教えてもらう。

二人で感想を話し合ったら、今度は役割を交代する。同じペアでも、立場が変わると、どの場所がいいと感じるか、感じ方も違ってくるのがわかるはずだ。

資料に関する解説やサイト内ブックマーク、簡単なクイズもできる無料会員登録のお申し込みはこちらになります。

Worker's Library 会員登録

お申し込みはこちらです。

[>>一覧へ戻る](#)

傾聴

語り部スキル

🔍 キーワード検索はこちら

🗺️ サイトマップ 📄 このサイトについて 🛡️ 個人情報保護の取組みについて

🏠 ページTOPへ

TOP page

資料室

イベント情報

講師を探す

Worker's広場

関連リンク

**Worker's Library** 静岡で働く人のための資料閲覧サイト  
JAPANESE TRADE UNION COFEDERATION DB SITE **【ワーカーズ・ライブラリー】**

Copyright© WORKER'S LIBRARY All rights reserved.