

[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 \(5\)](#)[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&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 (5)

「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

(5) 聴いてもらえないことの苦しさを体験する

次は、「聴いてもらえないと、こんなに辛いんだ」ということを体験してもらうための実習。
ペアを組んで、じゃんけんをして勝ったほうが話し手、負けたほうが聴き手。
わざとひどい態度で聴く

話し手は、「今朝起きてからの出来事」を1分間話し続ける。
聴き手は、これでもか、というくらい、ひどい態度をとってみる。
貧乏ゆすりをする、手帳を見る、携帯をいじり始める、ため息をつく、などなど。
話し手はどんなに嫌でも1分間は話し続ける。
わざと無表情で聴き続ける
終わったら、話し手は、先と同じ話をもう一度、1分間話す。
聴き手は、今度は、まったく無表情で、ただじっと、話し手の顔を見続ける。
話し手は、どんなに嫌でも1分間は話し続ける。
終わったら、何がどう、嫌だったか、二人で「振り返り」をする。

その後、役割を交代する。

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.