

部下と健全な信頼関係をつくる

「傾聴・共感・承認」トレーニング研修

と き

2026年 11月 19日(木) 9:30~16:30

開催形式

会場(中産連ビル 研修室) または オンライン(ZOOM配信)



ご参加
いただきたい方

●管理職・チームリーダーの方

- ※特に
- ① 部下からの話を聴くつもりが、気がつけば自分ばかりが話をしてしまう方
 - ② 部下との信頼関係を(再)構築しないとイケない方
 - ③ 部下から相談されたり頼られることがほとんどない方
 - ④ 部下の欠点や失敗ばかりに目が行ってしまう方
 - ⑤ 部下との人間関係をより良くし、部下に能力をいかに発揮してもらいたい方

相手軸による3種類のコミュニケーションスキルで、部下との信頼関係にポジティブな変化を起こす！

管理職やチームリーダーの皆さまは、部下から信頼されていると思いますか？

それとも、信頼関係はまだまだ不十分であり、これからしっかり構築し(直し)ていく必要があると思っていますか？

本研修は、上司と部下が相互に信頼しあい、良好な関係を構築・維持することができる「効果的なコミュニケーションの取り方(心構え、実践スキル)」を学ぶものです。

その実現のためには、「傾聴・共感・承認」という3種類のコミュニケーションスキルが持つ真の意味と効果について理解し、実践トレーニングによってスキルを習得して、ごこちなさや恥じらいを感じることなく日々実践し続けていくことが大切になります。

実際、「傾聴・共感・承認」の重要性は心理学の分野で数多く実証されており、その効果は部下の「自律性の向上・不安の解消・自己効力感の向上」などいわゆるメンタル面で非常に高いと言われています。

しかし、現実として多くの上司・部下との関係性は、

-  部下の話を「聴く」つもりが、部下が話をしてくれないので自分ばかり話してしまう…
-  上司側は部下の話をきちんと「傾聴」できたと思って、部下側は「きちんと話を聴いてもらった」と思っていない…
-  部下Aさんにはうまく「承認」できるが、考え方が合わない苦手な部下Bさんが相手だとうまく「承認」できない…

このように、上司自身は「傾聴・共感・承認」が程度の差こそあれ実践できていると思っていっても、部下が満足するレベルではできていないというケースは頻繁に見られます。

部下が自分から心を開いた時に初めて上司とのより良い信頼関係が形成される！

また、コーチング研修やメンタルヘルス・ラインケア研修で「傾聴」をはじめ「部下とのコミュニケーションのとり方」を学んだ経験があっても、十分なレベルで部下との信頼関係が構築できている人は多くありません。その理由は「傾聴・承認・共感」のすべてであるいは3つのうちのいずれかが部下から見た時に不十分だと判断されているからです。なぜなら、コミュニケーションにおける「成果」は相手の反応(満足度)によって決まり、相手の心を自分からこじ開けることはできず、相手(部下)が自分から心を開いた時に初めてお互いの思いが通じ、信頼関係が形成されるからです。

そこで、本研修で「傾聴・承認・共感」のスキルを学び、部下とのコミュニケーションで実践していけば、

- ① 部下の「モチベーション」が上がる
- ② 部下との「関係性」が良くなる
- ③ 部下とうまく「連携」や「協働」ができるようになる
- ④ 部下から「迷いや不安」が払しょくされる
- ⑤ 部下の「気持ち」に寄り添えるようになり、部下からの「発話や相談」が増える

といった効果が徐々に現れていくようになります。

「● 部下とより良い関係をつくり、上司として自分の想いをしっかり伝えていきたい」「● 部下にどんどん仕事にチャレンジしてもらって成長して欲しい」「● 部下と建設的なコミュニケーションをとって、うまく連携・協働できる関係になりたい」。このような課題を持つ管理職・チームリーダーの方にとって **部下との信頼関係にポジティブな変化を起こす絶好の機会** になります。ぜひご参加ください。

◆ 研修プログラム (9:30～16:30)		★本研修は講師を貴社に派遣して行う「企業内研修」も対応可能です	
1. アイスブレイク		講義	
・ 研修の目的 ・ 運営方針の説明			
2. 「傾聴・共感・承認」が今ほど大切な時代はなかった		講義	
(1) コミュニケーションにおいて、なぜ「傾聴・共感・承認」が必要なのか？ (2) 「傾聴・共感・承認」どれか1つだけでも不十分だと、部下との信頼関係を築くことは難しい			
3. 「傾聴力」を磨く		講義×演習	
(1) 傾聴の基本技術 (2) 言語コミュニケーションと非言語コミュニケーションの効果の違い (3) ロジックや正しさだけで人は動かさない ～正論が疎まれるワケ (4) 非言語コミュニケーションの影響は想像するよりはるかに強い (5) 聞く・聴くの違い (6) 上司にきちんと傾聴してもらおうと部下の心と行動はどう変わるのか？ (7) 傾聴力アップの実践トレーニング			
4. 「共感力」を磨く		講義×演習	
(1) 共感の基本技術 (2) 共感と同感の本質的な違いとは (3) 上司にきちんと共感されると部下の心と行動はどう変わるのか？ (4) 共感力アップの実践トレーニング			
5. 「承認力」を磨く		講義×演習	
(1) 承認の基本技術 (2) 部下の心に響く「5種類の承認」の使い方 (3) アドラー心理学における共同体感覚と貢献意欲とは (4) 相手の性格や気質によって「5種類の承認」をうまく使い分ける方法 (5) 承認力アップの実践トレーニング			
6. 総合演習		演習	
(1) ここまで学んできた「傾聴・共感・承認」の技術を使って、 部下との1on1ミーティングを実践してみる！ (2) 360度フィードバック			
7. 総まとめ		・ 全体の振り返り、質疑応答、決意表明	

講 師

中産連講師（コミュニケーション力養成トレーナー）

大学卒業後、経済団体にて人事評価制度改革に携わった後に欧州へ留学。組織心理学や動機づけ心理学について現地のプロコーチ養成機関で知識体系を学び、クラブチームでの指導で実践技術を学ぶ。帰国後、通訳や講師を経て（一社）中部産業連盟に入職。公開&企業内研修の企画をはじめ、研修コンテンツの開発&プロデュースに携わる。300社以上の教育計画策定アドバイザー経験、組織開発、教育体系構築&運用支援コンサルティングをはじめ、不透明で正解がない時代のビジネスパーソンの活躍支援に向け先進かつニッチなテーマでの研修講師を担当。これまで携わった企業向けの研修は公開&企業内研修を合わせて3,000件以上、受講者は延べ4万人以上にのぼる。

【2026年度】 部下と健全な信頼関係をつくる「傾聴・共感・承認」トレーニング研修（11/19） 参加要項／参加申込書				
参加費（1名様）		中産連会員	中産連会員外	★研修後も着実に「傾聴・共感・承認」のコミュニケーションを日々実践していけるように講師が1ヶ月間サポートします。
	セミナー受講のみ	36,300円(消費税込)	41,800円(消費税込)	
	フォローアップ(事後行動支援)付き★	42,900円(消費税込)	48,400円(消費税込)	
申込方法	●中産連ホームページの各セミナー詳細よりお申込みください。(https://www.chusanren.or.jp) 申込みが完了しますと、申込責任者のメールアドレスに「申込完了メール」が届きます。			
	●FAXでのお申込みも可能です。下記申込書に必要事項を記入の上、切り取らずに送信してください。 ●フォローアップ(事後行動支援)を希望される方は下記申込書の欄に「レ」を入れてください。 ※コンサルタント及び教育機関の方のお申し込みはお断りしております。ご了承ください。			
受講までの流れ	<会場受講の場合> 受講票と請求書を開催日の約2～3週間前に申込責任者宛へ郵送します。			
	<オンライン受講の場合> ①開催日の約1週間前になりましたら、「参加用URL」「ミーティングID」「パスコード」をメールにてご案内します。 ②テキストと請求書は開催日の約1週間前に申込責任者へ郵送します。 【オンライン受講の注意事項】 ・配信システムはZoomを使用します。Zoomがインストールできるカメラ付きパソコンをご用意ください。また、イヤホン付きマイクのご使用を推奨します。 ・接続が切れないよう有線のLAN環境での受講を推奨します。また、接続先環境に起因する音声・映像障害などについては保証しかねますのでご了承ください。 ・IDを共有してのご利用や、画面を投影してのご利用など、参加者ご本人以外での使用はお断りします。 ・研修の撮影・録音は固くお断りします。			
キャンセルについて	お客様のご都合によりキャンセルされる場合には、以下のキャンセル料を申し受けます。			
	・会 場 受 講 の 場 合 ： 開催日の前日（土日祝日を除く）&当日・・・受講料の100% ・オンライン受講の場合 ： テキスト発送後（開催日の約1週間前）・・・受講料の100% ※テキスト発送日はセミナーにより異なりますので下記担当者へご確認ください。 営業日の17:30以降のご連絡は、翌営業日の取り扱いとさせていただきます。			
申込み・問合せ先	一般社団法人中部産業連盟 マネジメント研修事業部 小橋川 〒461-8580 名古屋市中区白壁3-12-13 TEL:052-931-9824 e-mail : kohashikawa@chusanren.or.jp			

会社名

〒

所在地

TEL

FAX

参加形態	フォローアップ (事後行動支援) を希望(✓)	参加者 所属部課・役職名	参加者氏名(フリガナ)	E-mail アドレス
☐ 会場 ☐ オンライン				
☐ 会場 ☐ オンライン				

申込責任者 所属部課・役職名		申込責任者氏名(フリガナ)	E-mail アドレス

会社概要	業種(主要製品名)	資本金	従業員数	今回ご記入いただく個人情報は、セミナー等の運営・情報提供(郵便、メール、FAX等)においてのみ使用致します。 詳細は当連盟HP(http://www.chusanren.or.jp/privacy/index.html)をご覧ください。 同意のうえ、ご協力をお願い致します。関連情報が不要の場合には下記にレ点のご記入をお願い致します。 ☐ セミナーなどの関連情報の案内を希望しない
		百万円	人	
中部産業連盟会員(○印をお付けください)		会員 ・ 会員外		

 一般社団法人 中部産業連盟

FAX 0120-342-340

マネジメント研修事業部 小橋川 行