

質問力UP研修

～相手に新たな気づきを与える為に～



研修プログラム

時間	項目	内容	形式
	はじめに	研修の目的とゴールの確認、共有	講義
	アイスブレイク	参加者同士のやり取り	自己紹介
	コミュニケーションの概要	コミュニケーションとは 良いコミュニケーションとは	講義 ディスカッション
	質問のスキル習得	質問力(問いかけ)の説明 なぜ、質問することが必要か 質問する目的の一例 良い質問とは 質問の種類(オープンクエスチョン・クローズドクエスチョン) 質問を作る 質問力UPのエクササイズ①	講義 エクササイズ
	効果的な質問のスキル習得	効果的な質問をする為に①(チャンクダウン) 効果的な質問をするために②(チャンクアップ) 効果的な質問をするために③(スライドアウト) 質問力UPの為のエクササイズ② 効果的な質問をするために④(分類して質問する) 質問力UPの為のエクササイズ③	講義 体験 エクササイズ
	まとめ	学びのシェア	シェア

研修の目的とゴール

■ 研修の目的

職場でのコミュニケーションを良好にするために
スキルの一つである質問力を身につける。

■ 研修のゴール

職場でのコミュニケーションで質問のスキルを
活用し、相手に新たな気づきを与え、良好な
関係を手に入れた状態。

ゴール指標:「～さんと話すと頭が整理される」

はじめに

- この研修を通じてあなたが手に入れたいことは？

(例) 私がこの研修を通じて手に入れたいことは
～～～ということです。

※3人以上の方とやり取りをして下さい。

早速ですが、質問です！

そもそも、皆さんにとって
コミュニケーションとは何ですか？

コミュニケーションとは？

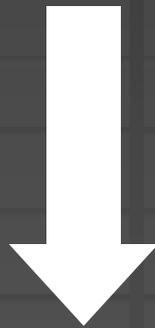
- コミュニケーションの由来
ラテン語のcommunisが由来、意味としては共有、分かち合うこと
- 社会生活を営む人間が互いに意思や感情、思考を伝達し合うこと。言語・文字・身振りなどを媒介として行われる。（国語辞典より）

近年、色々な形式でのコミュニケーションが行われているが、果たして良いコミュニケーションと言えるのだろうか……

良いコミュニケーションとは？

- 良いコミュニケーションとは、信頼関係を構築し、お互いの成長を促すもの

では、コミュニケーションで大切なことは何だろうか

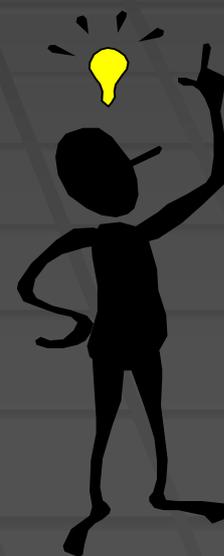


それは・・・

コミュニケーションで大切なこと

■ 質問力（問いかけ）

質問力を上げることによって相手が持っている潜在的な考えを引き出せたり、新たな気づきを与えたりすることができる。



なぜ、質問することが必要なのか

皆さんも仕事や生活の中で、ふと良いアイデアが浮かぶ時があると思います。その時に自分の中では何が起きているのでしょうか？多くの場合が自問自答や人からの質問によって考えた結果、新たな考えが浮かんでいるのです。

また、突然ですが…

人間の脳は考えてはいけないこと
(否定)を認識できません。

要するに質問には逆らえないのです。

どういうことなのか……？

今から皆さんに試してみたいと思います。