

職場の コミュニケーション

そのコミュニケーションに、満足していますか

避けては通れない職場でのコミュニケーション。対人関係における自分の「癖」を見つけ、自分も他人も気持ちよくいられる上手なコミュニケーションの方法を「交流分析」という手法を用いて身につけましょう。



●講師 小林和美氏

社会保険労務士、キャリア・コンサルタント、交流分析士。「人が育つ職場づくり・職場が育つ人づくり」に関する研修、セミナーを実施している。平成15年社会保険労務士事務所開業。県内を拠点に、県や市主催のセミナー等100回を超える実績を持つ。

HP: <http://srkazumi.com/>

●実施日

平成28年

2月16日(火)、3月4日(金)、3月10日(木)

●時間

12:10～12:50

●場所

甲府キャンパス：附属図書館1階

医学部キャンパス：附属図書館医学分館会議室

●昼食が食べられます

昼食の持ち込みが可能です。

医学分館については、当該実施日に限り特別に飲食が可能です。

3回
シリーズ

1回でも
参加OK!

内容は
毎回完結

ストローク

風通しの良い職場づくりを目指して

2月16日
(火)

1. ストローク“こころの栄養”とは
2. ストロークが欠乏すると?
3. こんなディスカウント、していませんか?
4. 気持ちの良い人間関係を築くには

I 自我状態分析

自分を知り、他人を知る

1. 心の中の五大家族
2. エゴグラムの見方のポイント(1)
3. エゴグラムの見方のポイント(2)
4. “ありたい”自分になるために

II 交流パターン(やりとり)分析

コミュニケーションのルール

1. やりとりの分析とは
2. やりとりの3つのパターン
3. 気持ちよいやりとりをするには

※IIにつきましては3月10日に変更になる可能性があります

3月10日
(木)

人生態度とOK 牧場

1. 基本的な人生態度
2. 対人行動にあらわれる4つの態度(OK 牧場)
3. 生産的ポジションへの変革
自分にOKを出すために

交流分析とは?

交流分析(Transactional Analysis: TA)は、1957年アメリカの精神科医エリック・バーンによって創られた人間の交流や行動に関する理論体系で、それに基づいて行われる治療技法です。TA理論は簡単で誰にでも親しみやすいため、精神分析の口語版、普及版と言われています。現在では、心療内科や心理臨床の場で患者の理解や治療に使われているだけでなく、学校教育や企業でも幅広く応用されています。TAは自分発見の方法として、また対人関係を円滑にするために、わかりやすく、学んだ所まですぐに使えるという利点があります。

※このセミナーは申込制です。参加希望者は【氏名】【所属】【参加日】を記入の上当室HPのお問合せ、もしくは conohana@yamanashi.ac.jp までお問い合わせください。

問い合わせ先

山梨大学男女共同参画推進室

TEL: 055-220-8350