

“伝える”が伝わるに変わる!

若手・中堅  
社員のためのアサーティブ  
コミュニケーションと  
伝え方実践研修

## セミナーのねらい

多様な働き方が進む今「正しく伝える」だけでなく「相手の心を動かす」コミュニケーションが求められています。

本セミナーでは、相手を思いやりながら自分の考えをしっかりと伝える“アサーティブコミュニケーション”と、ビジネスの現場に必要な説得力や印象を左右する効果的な「非言語コミュニケーション」についても学び、成果と信頼を同時に高めるスキルを身につけていただけます。

## セミナー内容

## 1 アサーティブコミュニケーション

- 1) コミュニケーションの基礎と重要性
- 2) アンコンシャスバイアスと多様性
- 3) コミュニケーションに必要な4つの力
- 4) マイナス言葉をプラス言葉に言い換えよう【ワーク】
- 5) 攻撃的でも受け身でもない対等な自己表現とは？
- 6) 相手に配慮しながら、自分の気持ちを伝える  
「(アイ)メッセージ」実践【ワーク】
- 7) アサーティブに伝える4つのステップ「DESC法」  
【ワーク】

## 2 伝わりやすい話し方

～印象を左右する“非言語コミュニケーション”～

- 1) 相手が理解しやすい様々な説明話法【ワーク】
- 2) 声のトーン、間、スピードで印象を変える  
「聴覚アプローチ」
- 3) 姿勢、アイコンタクト、手の動きで見せる  
「視覚アプローチ」
- 4) 実践してみよう!【ワーク】

## 実施概要

\*プログラムの詳細は変更となる場合がございます。ご了承ください。

日時 2026年 **5月28日(木)**  
9:30～16:30(受付9:00～)

会場 博多座・西銀ビル13階 セミナー室  
福岡市博多区下川端町2-1  
※駐車場は準備しておりません。ご了承ください。

定員 **24名** ※定員になり次第締め切らせていただきます。  
※お申し込みが最低開催人数に満たない場合は、  
延期もしくは中止させていただく場合がございます。  
ご了承ください。

受講料	NCBリサーチ&コンサルティング会員	一般の方
1名様	<b>16,500円(税込)</b>	<b>25,300円(税込)</b>
2名様以上 (1名様につき)	<b>13,200円(税込)</b>	<b>22,000円(税込)</b>

## PROFILE 講師プロフィール

株式会社NCBリサーチ&コンサルティング  
セミナー事業部 主任うめざき ともみ  
梅崎 智美 氏

大手通信業界に入社後、店舗等現場経験を経て研修担当リーダーとして勤務、インストラクターとして様々な階層の指導に従事。その後NCBリサーチ&コンサルティングに入社。現在に至る。新入社員研修から、電話応対・ビジネスマナー等のCS研修、IT研修やマネジメント研修など守備分野は広く、参加者を巻き込んだ明快でわかりやすい研修が好評。

お申し込み 弊社 HP <https://www.johoza.co.jp/seminar> よりお願いいたします。お問合せ先  株式会社 NCBリサーチ&コンサルティング セミナー事業部

〒812-0027 福岡市博多区下川端町2-1 博多座・西銀ビル13階 TEL(092)282-2662

NCBリサーチセミナー ホームページの  
QRコードは  
こちら 