

開催概要

1. 演習実施日時

2025年1月25日（土） 9:30～14:30

2. 研修形態

WEB配信形式での実施

講義： e-learning

演習： オンラインシステム（zoom）

3. 講師

酒井 麻里（レゾナントサイン）

4. 研修の目的とゴール

[目的]

多種多様な専門性を持つスタッフが、立場の違いやコンフリクトを乗り越えて協働するための、率直で共感的なコミュニケーションを学ぶ

[ゴール]

- オーセンティック・コミュニケーションの考え方を理解する
- 4つの基本ステップを演習をとおして体験し、共感的に聴き、率直に伝える実践の手がかりを得る

当日のスケジュール

	タイトル	内容
9:30 - 9:40	オープニング	目的・ゴール・スケジュール
9:40 - 10:50	臨床チームとコミュニケーション	コンフリクト・心理的安全性 話し合ってみよう1,2 (グループワーク：3人1グループ)
	オーセンティック・コミュニケーション ～共感的に聴き、率直に伝えるコミュニケーションとは？	ベースとなる理論・考え方 4つの要素 演習1: ニーズに触れる (グループワーク：3人1グループ)
10:50 - 11:00	－ 休憩 －	
11:00 - 12:30	オーセンティック・コミュニケーションの4つの基本ステップ ・ 共感的に聴く ・ 自己共感	演習2: 共感的に聴く (グループワーク：3人1グループ) 演習3: 自己共感する (ペアワーク：2人1グループ)
12:30 - 13:30	－ 昼食 －	
13:30 - 14:20	・ 正直な自己開示 ・ リクエスト	ケーススタディ 演習4: 率直に伝える (ペアワーク：2人1グループ)
14:20 - 14:30	まとめ	

研修資料抜粋①

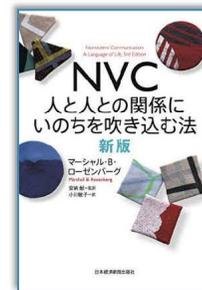
NVCの理論をベースにした オーセンティック・コミュニケーション

「最も深いところでは、お互いが大切にしたいことは普遍的で、理解し合える」という前提に基づく

NVC = **N**onviolent **C**ommunication

- 本質的な相互理解
- お互いを大切にする協働

カギとなるのは
言葉の使い方



マーシャル・B・ローゼンバーグ

アメリカの心理学者、調停者、著作家、教育者。

NVCの提唱者であり、国際的な平和推進組織CNVCの設立者。

カール・ロジャースの下で研究し、1961年に臨床心理学の博士号を取得する。

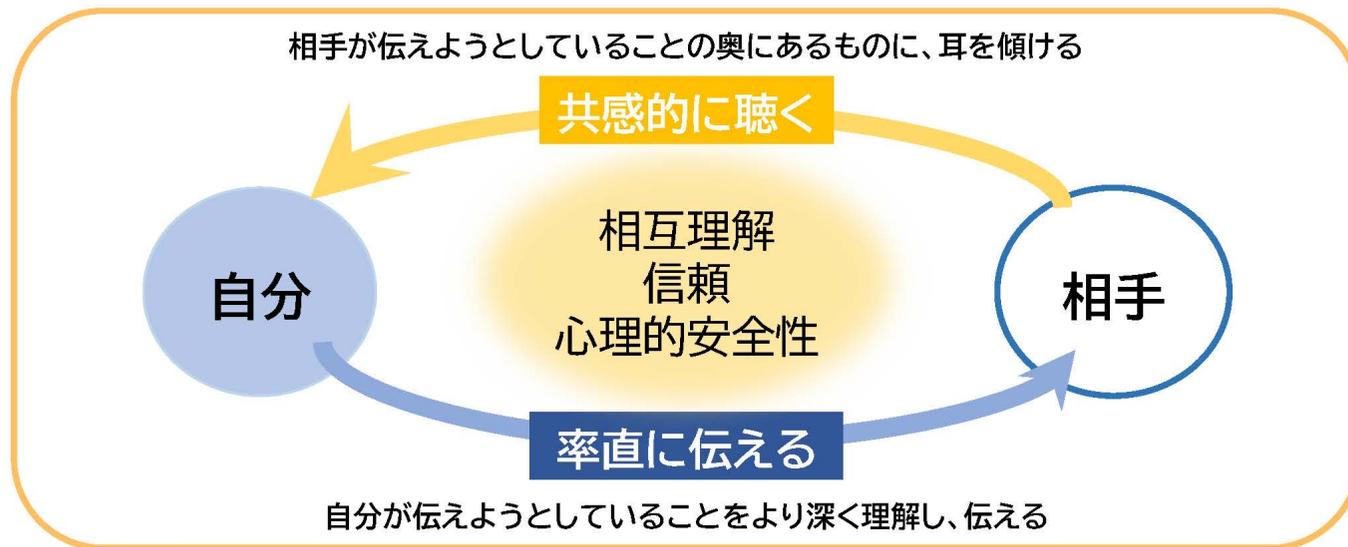
マーシャル・B・ローゼンバーグの著書

「NVC 人と人との関係にいのちを吹き込む法 新版」 出版社:日本経済新聞出版 「わかりあえない」を超える 出版社:海土の風出版

研修資料抜粋②

オーセンティック・コミュニケーションとは

意図・動機(ニーズ)の深さで共感的に聴き、率直に伝えるコミュニケーション



研修資料抜粋③

オーセンティック・コミュニケーションの 4つの基本ステップ

ステップ1 共感的に聴く

ステップ2 自己共感

ステップ3 正直な自己開示

ステップ4 リクエスト

