

マナー & コミュニケーション プログラム

➤ ビジネスマナー

- ・ 社会人としての心構え
- ・ 第 1 印象で好印象を与える基本 5 原則
- ・ 電話対応の基本
- ・ 「NO」の言い方

➤ 自分の求める人生を創る方法

- ・ 「楽しい！」を見つけるコツ
- ・ イメージ脳を鍛えよう
- ・ 相手の良いところを見つけよう
- ・ 相手の良いところを伝えてみよう
- ・ あなたの顔は誰のため？
- ・ コミュニケーションは言葉だけじゃない
- ・ 一所懸命の効果
- ・ 自分の感情に気づく
- ・ 「イライラ」を「ワクワク」に変える方法
- ・ 「怒り」の対処方法
- ・ 自分の変化に気づく
- ・ 「ありがとう」の達人になる！
- ・ 最近見つけたちょっと良い事（笑える事）を話してみよう
- ・ 金銭教育プログラム

➤ 自分を知らう / 自分の考えを伝えよう

- ・ 仲間の良いところを見つけて伝えよう
- ・ 人生の中でやってみたい事を 100 個書いてみたら何が起こる？
- ・ なんとなく出来ている事と絶対無理！と思っている事を思い出そう
- ・ 試してみて良かったなあと思うことを伝えよう
- ・ ジョハリの窓
(自分も他人も知っている自分・自分は知っているが他人は知らない自分・他人は知っているが自分は知らない自分・自分も他人も知らない自分)
- ・ 心に残った言葉
- ・ 大好きなキャラクターについて語ろう
- ・ 大好きな物語を人に説明してみよう
- ・ 大好きな物語の POP を作ろう
- ・ 最近気になったニュースについて話してみよう
- ・ 人の話を聞いて、感じたことや考えたことを整理し、相手に伝わりやすい様に考えて感想を伝えてみよう

- 対人関係と問題解決
 - ・こんなときどうする？（ブレインストーミング）
 - ・何がいけなかったの？（ビジネス実務マナー検定問題より）
 - ・好印象を持たれる仕草と話し方（グループ討議とロープレ）
 - ・真似したい、あの人の良いところ（発表）
 - ・自分も相手も大切に話す話し方（ロープレ）
 - ・どんな時に辞めたくなる？その時どうする？（KJ法グループ討議）
 - ・働く上での不安と不安を克服するためにできる事（ワールドカフェ）
 - ・働くうえで期待することとそれを実現するためにできる事（ワールドカフェ）
 - ・プログラミング体験（グループワーク）
- 作業能力の活性化
 - ・集中力を高める練習（数字探しとマインドフルネス瞑想）
 - ・リラックスする運動
- スキルアップ
 - ・初対面や人前であがらない7つのコツ
 - ・上手なスピーチの仕方
- 面接対応
 - ・面接練習
 - ・自分の特徴について考える
 - ・自分の能力を書きだしてみよう
 - ・各職種での働きがい（仕事の喜び）について考える
 - ・自分の長所を活かす方法について考えよう
 - ・自分の短所を回避する方法について考えよう
 - ・自分と仕事について話してみよう
- 知的課題のある方向けコミュニケーションゲーム
 - ・自分の頭の中にあるものを相手に当ててもらおう
 - ・お願いをしてみよう
 - ・借り物ゲーム
 - ・この話に出てくる「あれ」ってなんのことが当ててみましょう
 - ・聞いてメモを取る
 - ・グループ作業対抗戦

☆上記すべての内容につきまして、一般の方も障がいをお持ちの方も同様に受講可能です
講師が受講者に合わせて対応いたします

☆ただし、知的課題のある方々は、ある程度同じ理解力の方々と一緒に受講される方が
効果的です

障がい者就労支援施設での実施アンケート（抜粋）

【利用者様】

- 自分の為になるので続けて欲しい
- 先生が来られると背筋が伸びる
- 役に立った
- 有意義
- いろいろな礼儀作法やマナーがあることがわかった
- いろいろなテーマをまとめるのがやりがいがある
- プレーンストーミングがよかった
- 楽しい
- これからも色々な話を聞きたい 等々

【職員様】

- 実習中の挨拶や接客が良くなった
- 挨拶、返事がはっきり言えるようになった
- 他者の発表を聞いて勉強になったという方が多い
- 人前での発声が大きな声で言えるようになった
- 話し合いの場で自発的に発言したり進行する人が増えた
- 活動中の集中力が身についた
- 休憩時の会話が増えた
- 自発的な行動が出来た
- 自分の意見を伝えられるようになった
- 言葉遣いが良くなった
- みだしなみがよくなった
- 就職への意識が高まった
- リーダーシップを取れる人が増えた
- 人前で発表することが自信につながっている
- 連帯感が芽生えた
- 受講中、利用者の方の知らない一面を見ることができる 等々