

雑談力アップ研修のご提案

◎テーマ：仕事と人生の武器になる！『雑談力UPの法則』

◎受講対象：雑談力を上げたい方。（役職問わず業種問わずビジネスパーソンの方、就活中の大学生から経営者、そして主婦やフリーターに至るまでどなたでも大歓迎。1 クラス 16 名くらいで実施）

◎狙い：‘雑談’という言葉の響きから‘適当な時間つぶし’あるいは‘価値のない無駄話’と連想されがちですが、世の中の会話のほとんどが雑談で成り立っています。友人との他愛ない会話も恋人同士の熱い会話も、家族間のコミュニケーションも、政治家の密談もビジネスの商談も実はほとんどが雑談の中にキーがあり、それを円滑に進めるスキルを習得するのは仕事にも人生にも必ず役に立ちます。それを実習と法則から習得する研修です。

◎カリキュラム：一日研修(10:00~17:00)から半日研修(13:00~17:00)までカスタマイズ可能
※ディスカッション中心の受講生参加型研修です。

◆雑談は「雑」では出来ない

◆研修のルール「積極的参加」

◆雑談力トレーニング入門編

※まずは今の実力でチーム内での雑談。

◆「雑談上手は聴き上手なり」の法則

※雑談力といえば上手に話すことに主眼を置きがちだが、実は根幹を成すのが聴き上手であること。

◆聴き上手実践編

※聴き手、話し手に分かれて雑談力トレーニング！

◆お題即興雑談スピーチ

※次は話すトレーニング！

◆「聞かせる雑談スピーチ」の法則

※ついつい引き込まれる雑談にはコツがある。

◆「形容詞は伸ばす」の法則

※形容詞は感情を込めてこそ際立つ。

◆「実は・・・」の法則

※「実は・・・」で一旦区切ると、相手はその後に続く言葉に集中し好奇心が湧く。人は誰しも、ココだけの話が大好き！

◆「相槌は‘なすび’」の法則

※この相槌を散りばめることで、相手の自己重要感をくすぐる。

◆「言葉の終わりは・・・」の法則

※インタビューを受ける立場になってはいけない。インタビューをする側に回ろう。

◆以上の法則を駆使した実践編

※ここまで習得したスキルを使って実践トレーニング。

◆「オウム」の法則

※‘お話をちゃんと聞いてますよ’との無言メッセージが伝わる。

◆「息継ぎに〇〇を入れる」の法則

※雑談中に相手を惹き付け続けるための特効薬がこれ！

◆「相手を乗せる‘さしすせそ’」の法則

※雑談中に相手を気持ち良くする‘さしすせそ’。

◆以上の法則を駆使した実践編

※ここまで習得したスキルを使って実践トレーニング。

◆トークフラッグとは

※今までのワークは全てテーマが与えられていた。しかし雑談力がもっとも問われるのは雑談ネタを見つける力。つまり、ネタを与えられたらいくらかでも上手に雑談する人は多いが、ネタがないと‘借りてきた猫’のように沈黙になるようでは雑談力不足といえる。そのスキルを上げるトレーニング。

◆トークフラッグを立てるコツ

◆トークフラッグ練習画像

◆雑談ロープレ実践トレーニング

※雑談力が求められるありがちな場面と人を想定したトークフラッグを立てる。(仕事でもプライベートでも OK)。各チームの代表選手一人が講師を相手に雑談実践。

◆雑談力を鍛えるための日常でのコツ

◆最終仕上げのトレーニング

※トークテーマトランプを使って仕上げる。