

聴く

■意識的に聞くこと(傾聴)

- 話すのと同じくらい又はそれ以上のエネルギーが必要
- トレーニングが必要

■脳の情報処理能力が早過ぎるために、人の話しを聞きながらも、すぐに他のことに気をとられてしまう

■コミュニケーションの主体

- 聴き手が受け止めて
コミュニケーションが成立する



「聴く」のスキル

- もっと聴かせてよという態度で、相手を遮らないように、最後まで聴く
- 相手の目を見て、表情に合わせて、うなづいて、相槌をうつ
- 相手の言葉を反復する
 - キーワードを見つける
- 話すことに詰まった時が質問のタイミング
- 沈黙をこらえる

