

マインド・コミュニケーション・トレーニング プログラム（MCT）について

～対人関係で大切なコミュニケーションの5要素を高める研修～

弊社では、組織と人材の活性化のために、種々の「マインド・コミュニケーション・トレーニングプログラム（MCT）」を展開しております。`組織が発展・成長するためには、組織を構成するひとり一人が生き生きと活性化されなければならない"という創業以来大切にしてきた理念がベースです。

私たちが対人関係のなかで無意識にとっているコミュニケーション行為は、幼児期からの生活の中で身につけたものです。言いかえれば、自然に学習し、自分流のコミュニケーション・パターンを習得したものなのです。このことに気づけば、学習によってコミュニケーション・パターンを意識的に変えることもできるということです。

生き活きとした心の活性化は、効果的なコミュニケーションの理論を理解し、そのスキルを学習トレーニングで体験することによって、新しい対応能力として獲得できるものなのです。

「マインド・コミュニケーション・トレーニング（MCT）」は、コミュニケーション診断により、対人関係の中で効果的なコミュニケーションを持つために大切な次の5要素を自己理解することからはじめます。

1. 自己概念：しっかりとした自己概念をもっていること
2. 傾聴：よい聴き手であること
3. 明確な表現：自分の考えていること、感じていることをはっきりと表現すること
4. 感情の取り扱い：感情を効果的に扱うこと、特に怒りの感情を抑えるのではなく、建設的な方法で表現すること
5. 自己開示：真実をもって、相手に自己を開示すること

以上の5要素が調和され統合されてはじめて、効果的コミュニケーションが維持され、豊かな人間関係がつくられ深められるのです。

コミュニケーションと一般に言われるとき、それは口頭で言葉を用いてなされるものだと思われがちですが、実はその当事者の「全人的」な相互関係の問題です。この全人的な関わりを通して、お互いの意味を見出し、成長していくことが真のコミュニケーションなのです。