

「令和7年度茨城県精神保健協会総会記念講演会」

## ～自己理解とコミュニケーションスキルの向上～

人と円滑にコミュニケーションをとり、良好な人間関係を築く能力がヒューマンスキルです。このスキルには、他者の意見や感情を理解する「共感力」、自分の意思を効果的に伝える「コミュニケーション力」、チームで協働するための「協調性」等が含まれます。わかりやすい口語版の心理分析・エゴグラムなどを活用して、一人ひとりがそれぞれの目標に向かって生きいきと生活できるよう、より良い人間関係を築くための人柄の改善が図られ、相手とのコミュニケーション能力向上の向上が期待されることから、那珂ヒューマンスキル研究所の先崎武様に「コミュニケーションスキルの向上について」ご講演をいただきます。

日 時 令和7年12月16日（火）午後1時から15時00分

場 所 茨城県立健康プラザ 3F 大会議室  
茨城県水戸市笠原町993-2 電話 029-243-4171

参加費 無 料

### プログラム

12:45

開 場

13:00

挨 拶

13:10 ～ 14:40

「自己理解とコミュニケーションスキルの向上」

那珂ヒューマンスキル研究所

代表 先 崎 武 氏

14:40 ～

質 問

問い合わせ・FAX 先 茨城県精神保健協会 TEL・FAX 029-241-3352

E-mail : [ibaraki.mha@globe.ocn.ne.jp](mailto:ibaraki.mha@globe.ocn.ne.jp)