
目次

はじめに 2

第一章 人類はコミュニケーションで生存競争を生き抜いた 7

第二章 「きく」の伝道師 キャリアコンサルタント 25

第三章 「聴く」、「聞く」、「効く」で人間関係が良くなる 39

第四章 3つの「きく」の取扱説明書 57

第五章 「聴く」は傾聴力だ 69

第六章 仕事でも大事な「主訴」をつかむ聴き方 89

第七章 「聞く」は質問力だ 97

第八章 「効く」ができれば問題は解決できる 117

第九章 日々迷い選択に悩む、それが人間だ 131

第十章 自分らしく生きるために役立つ
「キャリア理論」早わかり 147

おわりに 170

サルが持ちたくても
もてなかった、3つの「きく」力
聴く、聞く、効く