

# キャリアデザイン研修 カリキュラム

## 対 象 業 種

- 一 般 企 業
  - J A
  - 金 融 機 関
  - 行 政 体
  - 公 的 団 体
- 等

**JMI**

**株式会社 日本マネジメント協会（中部）**

**JAPAN MANAGEMENT INSTITUTE**

〒464-0075 名古屋市千種区内山3-10-17 今池セントラルビル4F

TEL 052-745-6010 FAX 052-732-0010

MAIL [jmi.145@aioros.ocn.ne.jp](mailto:jmi.145@aioros.ocn.ne.jp) URL <http://www.jmi-web.co.jp>

# キャリアデザイン研修

## 研修の目的

ワークライフバランスとフォロワーシップの考え方を理解し、仕事に対して目的を持って前向きに取り組めるようモチベーションを高めます

## 研修内容

対象者：一般～中堅職員

	内 容	進め方	得たい成果
9:00	<b>開講：オリエンテーション</b> <b>1. ワークライフバランスを考える</b> ～公私ともにやりがいをもって過ごすために、仕事とプライベートの充実のさせ方を考える～ 1) ワークバランスの考え方を理解する 2) 自分の満足度や価値観を客観的に振り返る	講義 個人ワーク	・研修の目的と意義を理解できている ・自分の現状を把握し、問題意識をもって望む意識が高まっている
	<b>2. 目標となる「あいたい姿」を考える</b> ～話し合いの効果的な進行技術であるファシリテーションスキルを使いながら、自分の「職場でのあいたい姿」を明確にする～ 1) 「自分達のあいたい姿」について、グループでアイデアを出す 2) 「As is(現状)と To Be(あいたい姿)」のフレームワークを使い、求められる要因を確認する 3) 具体的な仕事の取り組み方(PDCA)への活用法を考える 4) 振り返り	講義 ワークシート グループ実習	・他受講生と意見交換を行い、視野が広がっている ・目指す適切なゴールが明確になっている
12:00			
13:00	<b>3. 上司に信頼されるには？</b> ～上司の期待に応える仕事の進め方や意見の伝え方を身に付ける～ 1) 感情と事実を区別する意見の伝え方(客観的) 2) ストレスをためない気持ちの伝え方(主観的) 3) 仕事に前向きに取り組む方(プラス思考の応用法) 4) 実習および振り返り	講義 ワークシート ペアワーク フィードバック	・上司に信頼されるために必要なフォロワーシップのポイントを理解できている
	<b>4. 後輩に尊敬されるには？</b> ～後輩の真意を理解し、相手のモチベーションを高める指導法を身につける～ 1) 相手の自主性を引き出すポイント 2) タイプ別指導法 3) 上手な叱り方と褒め方 4) 実習及び振り返り	講義 ペアワーク フィードバック	・後輩への効果的な指導法を確認し、チームワークを強化できる
16:30	<b>5. 実行宣言</b> ～研修内容を振り返り、今後に向けて実行宣言を行う～ 1) 実行宣言(プレゼンテーション)	プレゼンテーション	・研修で得た成果の実践法を確認する
	<b>閉講</b>		

# 講師プロフィール



大部 美知子  
おおぶ みちこ



<p>◇経 歴</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1975年 東京女子大学短期大学部英語科 卒業</li> <li>1975年 日本航空株式会社 入社</li> <li>1978年 同アシスタントパーサーに昇格</li> <li>1985年 同パーサーに昇格</li> <li>1988年 JALアカデミー株式会社に接遇インストラクターとして入社</li> <li>2004年 株式会社 M'sコミュニケーションを設立</li> <li>2012年4月 日本マネジメント協会(中部) 専任講師 就任</li> </ul>
<p>◇専門分野</p>	<p>【各種コミュニケーション、マネジメント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>リーダーシップ、コーチング</li> <li>CS・接遇対応、クレーム対応</li> <li>ファシリテーション</li> <li>キャリアデザイン、ビジョンマップ</li> <li>メンタルヘルス</li> </ul>
<p>◇研修の すすめ方の 特徴(アピール)</p>	<p>《「研修の成果を結果として出す」ことを目指します》</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 入念な準備 ⇒ 的確な現状把握とゴールの設定</li> <li>2. 実習中心の内容で受講生のモチベーションを高める</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>事前に十分なヒアリングを行い、幅広いコミュニケーションスキルを組み合わせ、最善のプログラムをご提案します。</li> <li>開始時に研修の約束事として「恥をかく・反応を示す・時間厳守」をコミットメントとして確認します。</li> <li>受講生が最後までモチベーションを維持できるよう、グループワークや席替えを適宜取り入れ、体験・実践型でテンポある研修を行います。</li> <li>ティーチング(教える)スタイルではなく、コーチングスキル(傾聴・質問・承認)を活用して、受講生自らの積極的な学びをサポートします。</li> </ul>
<p>◇主な資格等</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>米国NLP協会認定マスタープラクティショナー</li> <li>日本交流分析協会インストラクター</li> <li>ICP認定コーチングファシリテーター</li> <li>日本メンタルヘルス協会基礎心理カウンセラー</li> </ul>
<p>◇著書</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゼロから教えて新人教育(2014年2月19日発売 かんき出版)</li> <li>ゼロから教えて電話対応(2011年 かんき出版)</li> <li>気持ちをうまく伝える技術(2009年 かんき出版)</li> </ul>
<p>◇主な研修先</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>愛知県 みよし市役所 『新規採用後期研修(接遇)』</li> <li>愛知県 大府市役所 『クレーム対応研修』</li> <li>愛知県 常滑市役所 『コーチング研修』</li> <li>三重県 松阪市役所 『新任係長級職員研修』</li> <li>長野県 駒ヶ根市役所 『ファシリテーション研修』</li> <li>滋賀県市町村職員研修センター 『現任職員(3部)研修 コーチング』</li> </ul> <p>医療機関の実績【リーダーシップ、コーチングなど】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>碧南市市民病院(愛知県) 対象:ドクター、看護師、コメディカル、医事課スタッフ</li> <li>聖マリア病院(福岡県) 対象:管理職、ドクター、看護師、コメディカル</li> <li>済生会福岡病院(福岡県) 対象:ドクター</li> <li>東邦大学病院(東京都) 対象:認定看護師</li> <li>東京共済病院(東京都) 対象:ドクター、看護師を含む全スタッフ</li> </ul> <p>他、JA、大手食品メーカー、ガス会社、大手電機メーカー、IT企業 大手生命保険相互会社、マスコミ関連会社多数の実績あり。</p>