



目的別 / 2日研修

Revised

チームビルディング

チームの中核として主体性を発揮しつつ、
周囲への影響力を高める

➤ 本研修の概要とねらい

- ① 自分自身が普段どのように人と関わり、どう振る舞っているかを理解する。
- ② メンバーを巻き込んで仕事を進めていくための他者対応の考え方とスキルを身につける。
- ③ チームをエンパワーメントするための自分らしいリーダーシップの発揮の仕方に気づく。

➤ 主なコンテンツ

チームづくりに必要なもの、チーム作りのためのコミュニケーション、相手の個性に合わせてコミュニケーション、チームワークを体感する、人を巻き込んで仕事を進める、あなたらしいリーダーシップの発揮のしかた、など（詳細は裏面のタイムテーブルをご参照ください）。

➤ 演習/実習の内容

- SPカードによる自己理解・他者理解
- チームワークゲーム

➤ 受講対象(推奨)

中堅～監督職

➤ 講師からの一言

周囲を巻き込んで仕事を進めるには、まず自分が他者に対してどのような影響を与えているのかを自覚し、望ましい行動や振る舞いに変えていくことが大切です。この研修では、まず自分自身を理解し、他者を理解する方法を学びます。その上でチームとして動いていくための関わり方を身につけましょう。



一般社団法人 日本経営協会講師
代田 敬子(しろた けいこ)

大学卒業後、イズミヤ株式会社に入社。衣料品販売業務を経て、人事部採用・教育担当に就任、人事部採用・教育グループマネージャーを務める。株式会社ユー・エス・ジェイに入社し、人事部人材開発担当(課長代理)となる。

リーダーシップ、インストラクション基礎、コミュニケーション、メンタルヘルス、サービスマナー、メンター養成、OJTリーダー養成、キャリアデザイン、セクシャルハラスメント防止、トレーナー養成、コンプライアンス研修、公務員倫理などのテーマの研で多数の自治体に出講中。

特定非営利活動法人日本キャリア開発協会認定CDA、大阪大学学校教育法履修証明プログラム修了認定ワークショップデザイナー、第二種衛生管理者、メンタルヘルスマネジメント1種の資格を持つ。

本講師の他の研修

- a. キャリアデザイン
- b. 接遇マナー
- c. メンタルヘルス
- d. コミュニケーション
- e. リーダーシップ

チームビルディング

2日研修タイムテーブル案

1日目		2日目	
研修テーマ	主なコンテンツ	研修テーマ	主なコンテンツ
はじめに 1. チームづくりに必要なもの (1) 成果を出すチームとは (2) あなたが働きたいと思うチームの在り方 (3) チームをつくるということ	☞ 成果を出せるチームを作る上で必要なことについて、講義・グループワークを通じて考える。	2日目のはじめに 4. 相手の個性に合わせてコミュニケーション (1) 相手のタイプを知る (2) 他者対応の基本 (3) 苦手な他者への対応	☞ より応用的なコミュニケーションの取り方について学ぶ。
昼食休憩		昼食休憩	
2. チーム作りのためのコミュニケーション (1) コミュニケーションとは (2) コミュニケーションのプロセス (3) コミュニケーションを阻害する要因 3. 自分を知る・他者を知る (1) コミュニケーションのレベル (2) グループワークを通じた自己理解・他者理解 (3) 自分自身との付き合い方 1日目のまとめ	☞ 円滑なチーム運営に欠かせないコミュニケーションについて基本的な事項を確認。 ☞ SPカードを使用した演習で、自己理解・他者理解を深める。	5. チームワークを体感する (1) チームワークゲーム (2) チームワークを高めるために 6. 人を巻き込んで仕事を進める (1) あなたらしいリーダーシップの発揮のしかた (2) 自分を育てる 2日間のまとめ 明日からの活かし方 (行動目標)	☞ 演習を通じて、チームワークの重要性を体感する。 ☞ セルフを育てる、意志発揮の3つの側面、気になるSPとの付き合い方、自己傾聴、脱同一化 ☞ 研修内容を日ごろの業務に活かすためのアドバイス

■本研修を受講した研修生の感想

☞ 演習やチームワークゲームを通じてチームを円滑に運営するために、コミュニケーションが大切であることが実感できました。

■本研修コーディネーター担当者からのワンポイントメッセージ

☞ 講師の経験と豊富な情報による指導には定評があります。リピート率の高い講師です。

本研修に関するお問い合わせ

一般社団法人 日本経営協会 関西本部
〒550-0004 大阪市西区靱本町1-8-4(大阪科学技術センタービル)
電話 06-6443-6925 FAX 06-6441-4319
URL <http://www.noma.or.jp>