

impress manage

コーチング研修

～ビジネスの場において、必要なコーチングスキルを習得するために～



コーチング研修概要

対象	管理職				
目的	<ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの基本を理解する ■ コーチングの実践スキルを習得する ■ コーチングの活用手法を理解する 				
特徴	<p>座学の一方的な内容ではなく、ワーク等を盛り込んだ現場での事例に沿った内容での提供を行い、仕事への意欲向上を目指します。基本を丁寧に押さえた講義とわかりやすい言葉を使用した演習やテキストに加えて、現場イメージをすぐに持てる研修運営を行うことで、受講者が受け入れやすく、明日からすぐに使える内容をしっかりとご提供します。</p>				
学ぶ要素	<table border="0"> <tr> <td data-bbox="258 839 987 1019"> <ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの基礎知識 ■ コーチングの実践スキル ■ コーチングの活用の仕方 </td> <td data-bbox="1051 839 1760 1019"> <ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの重要性 ■ コーチングの効果的な活用手法 ■ 他者との良好な関係の築き方 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="258 1029 987 1118">貯めの知識（インプット）・技術（ロープレ）</td> <td data-bbox="1051 1029 1760 1118">参加することによる気づき</td> </tr> </table>	<ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの基礎知識 ■ コーチングの実践スキル ■ コーチングの活用の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの重要性 ■ コーチングの効果的な活用手法 ■ 他者との良好な関係の築き方 	貯めの知識（インプット）・技術（ロープレ）	参加することによる気づき
<ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの基礎知識 ■ コーチングの実践スキル ■ コーチングの活用の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> ■ コーチングの重要性 ■ コーチングの効果的な活用手法 ■ 他者との良好な関係の築き方 				
貯めの知識（インプット）・技術（ロープレ）	参加することによる気づき				
実施日程	標準 1 日間（7 時間・休憩含）				

コーチング研修カリキュラム

コーチングとは、相手の「能力を引き出す」「バランスをとらせる」「選択肢を増やす」等を行うことにより相手のパフォーマンスをあげ、目標達成の精度を上げます。相手をその気にさせ、意欲的に動くように促すスキルの習得を目指します。

時間	テーマ	内容	手法	詳細・ねらい
午前	導入	◇あいさつ ◇アイスブレイク	講義 ペアワーク	研修ゴールの理解とマインドセット
	コーチングの基礎	◇コーチングとは ◇コーチングの必要性 ◇ティーチングやカウンセリングとの違い ◇ワーク：コーチング能力チェック	講義 個人ワーク グループワーク	基本理論を前提に、ワークを通じ、知識を行動化します ワークを通して現場で役立つスキルを身につける 基本を講師が指導し理解を深める
	3つの基礎スキル	◇聴くスキル ◇承認スキル ◇質問スキル ◇ワーク：基礎スキルの実践 ◇コーチングフロー	講義 個人ワーク グループワーク	基本理論を前提に、ワークを通じ、知識を行動化します ワークを通して現場で役立つスキルを身につける 基本を講師が指導し理解を深める
昼食休憩				
午後	フィードバックスキル	◇「フィードバック」の効果 ◇「フィードバック」の種類 ◇ワーク：効果的な質問の実践ドリル	講義 個人ワーク グループワーク	基本理論を前提に、ワークを通じ、知識を行動化します ワークを通して現場で役立つスキルを身につける 基本を講師が指導し理解を深める
	提案スキル	◇「提案」と「リクエスト」の違い ◇「指示」と「命令」の違い ◇新しい視点提案スキル ◇ワーク：コーチングの実践 ◇フィードバック ①ポジティブF/B②アドバイスF/Bをそれぞれ相互に交換する	講義 個人ワーク グループワーク	基本理論を前提に、ワークを通じ、知識を行動化します ワークを通して現場で役立つスキルを身につける 基本を講師が指導し理解を深める フィードバックにより自己概念と成長を促し、他者への効果的な伝え方を理解する
	振り返り	◇今後のアクションプランの設定	講義 個人ワーク グループワーク	ワークシートを活用して、行動計画を具体化し業務へ接続する
	まとめ	◇まとめと質疑応答	講義	本日のポイントを整理し、今後へ接続する

※ご要望等に応じて内容の変更が可能です。お気づきの点は遠慮なくご相談ください。