

セルフコーチング

チームコーチング

モチベーションマネジメント

を学ぶ研修

のご案内

拝啓 時下ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。
平素は格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、この度弊社では、自分自身のスキルアップなどセルフプロデュースをお考えの皆さまへ向けたカリキュラムをご用意しました。

管理者はもちろん、これからチームを育てていく若手リーダーなど、今後のために身に付けておきたいプログラムをご提供いたします。

研修メニューは、

- ①自己管理能力を高めるセルフコーチング
- ②職場の心理的安全性を高めるチームコーチング
- ③職場定着率をアップさせるモチベーションマネジメント研修

となっており、それぞれ半日単位の研修プログラムで、必要と思われる研修のみの参加でもスキルの習得になりますし、3種類の研修をまとめて受けることで、それぞれ違った視点での学びを得ることが出来ます。

この分野で専門の、外部講師を迎えての研修です。ぜひこの機会に貴社のスタッフの皆さまへ、コーチング研修を通して学びの場を提供しませんか？

敬 具



こんな方におすすめの研修です

研修内容 ●セルフコーチング

対 象 全従業員の方

自己管理が
しっかりできるように
なりたい

自分の将来の
キャリアビジョンを
明確にしたい

他人に振り回され
ない、ぶれない
自分になりたい



研修内容 ●チームコーチング
●モチベーションマネジメント

対 象 管理者・チームリーダー

チーム力を
最大限に
引き出したい

チームメンバーの
やる気をもっと
上げたい

チームを
活性化
させたい



研修メニュー

※内容が変更になることもございます。

メニュー1 自己管理能力を高めるセルフコーチング研修

目的

時間管理・体調管理を中心に自己管理能力を高めることで、自己基盤を安定させて仕事における成果の最大化を図ることをねらいとします

カリキュラム

- (1) 自己管理における課題を明確にする
- (2) セルフコーチングを活用した自己管理能力の高め方
- (3) 実践!セルフコーチング
 - ① 時間管理
 - ② 体調管理
- (4) 明日からのアクションプランを作成する



メニュー2 職場の心理的安全性を高めるチームコーチング

目的

職場の心理的安全性を高めることで個々人の持つ能力や可能性をフルに活用して、チーム力で成果を向上させることをねらいとします

カリキュラム

- (1) 職場の心理的安全性とは
- (2) 心理的安全性の高い職場に学ぶ
- (3) 心理的安全性を高める「チームコーチング」の活用法
 - ① チームコーチングマインドを意識する
 - ② チームコーチングスキルの基本トレーニング
- (4) 明日からのアクションプランを作成する



メニュー3 職場定着率をアップさせるモチベーションマネジメント研修

目的

社員のやる気を上げることで、職場定着率を向上させて各自の持っている能力を最大限に発揮できる環境を構築することをねらいとします

カリキュラム

- (1) 職場定着率の高い職場の特徴とは
- (2) モチベーションを上げるための要素を考える
 - ① 内的動機付け
 - ② 外的動機付け
- (3) <ワーク>「仕事のやりがい」を考える
- (4) モチベーションを高める具体策
 - ① 適切な目標の作り方
 - ② やる気の上がる職場環境を考える
 - ③ 効果的な「承認」の仕方
- (5) 明日からのアクションプランを作成する



講師プロフィール

株式会社 サボルテ
代表取締役
塚田 康祐

北海学園大学 法学部 法律学科卒業。
大手人材会社で支社長・エリア長として営業マンの育成及び組織力強化マネジメントを実践したのち、2002年にコンサルタント、キャリアカウンセラーとして独立。その後、20年にわたりビジネスマンのコミュニケーション能力を上げる研修やトレーニングに携わって支援を続けている。

中小企業診断士／CDAキャリア・ディベロップメントアドバイザー／CPCC(コーチング認定資格)
肥満予防健康管理士／第二種衛生管理者 等

講師PR

受講者と双方向でやり取りをしながら進めることで、研修終了時には、多くの気づきや行動につながる具体的なプランを決めることができる進め方を特徴としています。特に業種、業界を問わずリーダーの養成に関しては20年の実績を有しています。

開催スケジュール

メニュー1

自己管理能力を高めるセルフコーチング研修

開催日

2023年

6月5日(月)

時間 14:00~17:00

申込期限 定員になり次第締め切りとさせていただきます。

料金 お一人様 3万円(税抜)

定員 20名(最小催行人数5名)

お申込み

受講予定者様が5名までの場合は、URLまたはQRコードからお申込みできます。

<https://forms.office.com/r/SivvByhjGH>



メニュー2

職場の心理的安全性を高めるチームコーチング

開催日

2023年

6月12日(月)

時間 14:00~17:00

申込期限 定員になり次第締め切りとさせていただきます。

料金 お一人様 3万円(税抜)

定員 20名(最小催行人数5名)

お申込み

受講予定者様が5名までの場合は、URLまたはQRコードからお申込みできます。

<https://forms.office.com/r/HpyiR8Y0XF>



メニュー3

職場定着率をアップさせるモチベーションマネジメント研修

開催日

2023年

6月19日(月)

時間 14:00~17:00

申込期限 定員になり次第締め切りとさせていただきます。

料金 お一人様 3万円(税抜)

定員 20名(最小催行人数5名)

お申込み

受講予定者様が5名までの場合は、URLまたはQRコードからお申込みできます。

<https://forms.office.com/r/gQPwXxuMxg>



会場は、札幌駅~大通近郊で開催予定でございます。別途ご連絡いたします。

※受講予定者様が6名以上の場合は、こちらからご連絡させていただきますので、お手数ですが、問い合わせ先の電話・メールにてお申込みご希望の旨ご連絡ください。 ※お申込み後の返金はいたしかねますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせ先

株式会社北海道共創パートナーズ(北洋銀行グループ)

代表電話番号 TEL 011-596-7814 ✉ y.muramoto@h-kyoso.co.jp (担当:村本)