

フィーノ株式会社

**新しい自分磨きのススメ**  
**～「できる」と言われる仕事人になろう～**  
**研修企画書**

主役は参加者。自ら考え課題の本質を知り、進むべき道を開く実践型研修。

## 新しい自分磨きのススメ～「できる」と言われる仕事人になろう～

新入社員から約2-3年を過ぎ、仕事の大きな流れはつかめたものの、理想と現実のがギャップや、成長意欲の違いなどが明らかになった階層を対象に、「評価」と会社が求める成果を結実させるための方法を対話と、ワークを通して習得していきます。

モチベーションコントロールや、ストレス耐性の作り方なども事例を通してお伝えします。

### 研修の目的

- 日常的に慣習化されてしまった仕事のスタイルを根本的に見直します。
- 「対話」や「グループワーク」を重視し、協調性、役割分担等を客観的に評価できる場を創出します。
- 未来志向でバックキャストिंगを主体に、自ら考え行動する力のポイントを参加者本人が探します。

時間	概要	内容
<b>カリキュラム</b>		
10:00	<b>■ Introduction</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ アイスブレイク</li> <li>・ 学習の目的</li> <li>・ 自己紹介</li> </ul> <p style="text-align: right;">【L】【GW】【CD】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ アイスブレイクを行い、場を作成します</li> <li>・ 学習の目的と今日達成したいゴール設定を行います</li> </ul>
10:40	<b>■ Section1</b> <b>「できる」と言われる仕事人になろう！」</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 仕事人と作業人の違いとは？</li> <li>・ 苦手な人との付き合い方は？</li> <li>・ 社会にいる四つの世代</li> <li>・ 「あいつはまだまだ」と言われてしまう人のパターンとは？</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 共通概念として出来る人＝評価される人、となっていることが多いが、はたして、本当の定義は何かを対話、ワークを通して同階層の意見を見える化させます。</li> <li>・ 所属、上下の人間関係によって価値観が変わるため、一般的な社会通念とともに、自らがどの立場にいるのか、現状を確認し、ギャップを明らかにします。</li> </ul>
12:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ できる人が持っているモノとは？</li> </ul> <p style="text-align: right;">【L】【PW】【CD】</p>	
<b>途中休憩10分 x 2回</b>		
<b>お昼休憩1時間</b>		
13:30	<b>■ Section2</b> <b>「なりたい自分になるために」</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「●●●さん」のような人に、私はなりたい。</li> <li>・ 書くということ</li> <li>・ チームで描く、理想のロールモデル</li> <li>・ BABYSTEP で自ら近づく未来の作り方</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者自らが目指すべきロールモデル像を作成、認知します。</li> <li>・ 3つのワークを通して、グループを再編成。</li> <li>・ 近しい価値観をもった新しいメンバーで、混合型のロールモデルを形成します。</li> <li>・ ロールモデルへの道のりを、上司の評価ポイントからめながら、目標設定をするポイントをお伝えします。</li> </ul>
15:30	<p style="text-align: right;">【L】【PW】【CD】</p>	
<b>途中休憩10分 x 2回</b>		

時間	概要	内容
15:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Section3</b></li> <li><b>「年表作り」</b></li> <li>・ 過去の成功・幸せ体験を洗い出す</li> <li>・ 自分のモチベーションスイッチを見える化する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 過去の自らの体験の中で、モチベーションがどのように上がったのか、なぜそうなったのか等を年表にして見える化し、相互インタビューにより自らの経験を客観視、自己価値観を上げていきます。</li> </ul>
17:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Section4</b></li> <li><b>「サポーターへの手紙」</b></li> <li>・ 過去と未来の視点を得よう</li> </ul> <p style="text-align: right;">【L】【PW】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 実際に現場に戻った際に、研修の内容を瞬時にフラッシュバックできるように、NLPをエッセンスにした手紙を参加者を書いて頂きます。</li> <li>この手紙は、イニシャルで書き、参加者全員に、全員分をコピーし配布します。</li> </ul>
17:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ <b>Ending</b></li> <li>・ まとめ</li> </ul>	アンケートをご記入いただき、1週間以内のコミットメントを記入していただきます。
17:45	アンケート記入	
	【L】【GW】	・

※進行状況により、内容の変更を行う場合があります。

【L】 講義 【PW】 個人ワーク 【GW】 グループワーク 【CD】 クラス討議