

**一般企業向け  
人材育成カリキュラム  
ベーシック版**

- モチベーションアップ研修  
～女性社員の活躍推進～

**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>

# モチベーションアップ研修 ～女性社員の活躍推進～

## 研修の目的

職場における女性活躍推進のすすめ方を理解し、自ら仕事に対して自信を持って前向きに取り組めるよう自己表現力を高める。

## 研修内容

対象者：女性社員

	内 容
9:00	<b>開講：オリエンテーション</b> <b>1. 女性活躍推進の必要性を考える</b> ～自分達の経験を活かして、職場で今後どのように女性活用の場を広げるかを考える～ <ol style="list-style-type: none"><li>1) 研修目的を理解する</li><li>2) 「自分達のありたい姿」について、グループでアイデアを出す</li><li>3) 「As is(現状)とTo be(ありたい姿)」のフレームワークを使い求められる要因を確認する</li><li>4) 具体的な仕事の取り組み方の活用法を考える</li><li>5) 振り返り</li></ol>
12:00	<b>2. ワークライフバランスの考え方を理解する</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1) ワークライフバランスとは？</li><li>2) 自分の満足度や価値観を客観的に振り返る</li><li>3) 前向きに仕事に取り組む思考法を身に付ける(プラス思考)</li></ol>
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すすめ方や意見の伝え方を身に付ける～ <ol style="list-style-type: none"><li>1) 感情と事実を区別する意見の伝え方(客観的)</li><li>2) ストレスをためない気持ちの伝え方(主観的)</li><li>3) 仕事に前向きな取り組み方(プラス思考の応用法)</li><li>4) 実習および振り返り</li></ol>
	<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～ <ol style="list-style-type: none"><li>1) 相手の自主性を引き出すポイント</li><li>2) タイプ別指導法</li><li>3) 上手な叱り方と褒め方</li><li>4) 実習および振り返り</li></ol>
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～ <ol style="list-style-type: none"><li>1) 実行宣言(プレゼンテーション)</li></ol>

閉講