

# コーチング研修

対象者:管理・監督者

## 1.研修の目的

部下の存在を認め、能力・可能性・やる気・行動を引き出していくためのコーチングの技法を学ぶ。

## 2.研修内容

	内 容
9:00	<b>1.できるリーダーとできないリーダーのコミュニケーションの取り方を比較する</b> 【講義】 1) 出来るリーダーと出来ないリーダーのコミュニケーションの取り方の違い
	<b>2.部下育成のためのコーチング</b> 【講義・個人ワーク】 1) 部下にとってリーダーはコーチたるべき 2) コーチングとは 3) コーチングとティーチングを使い分ける
12:00	<b>3.コーチングの聴くスキル</b> 【講義・個人ワーク】 1) 反復・要約のスキル 2) 否定せず受容する 3) 共感のスキル
13:00	<b>4.質問力を強化する</b> 【講義・ペアワーク・グループワーク】 1) 質問の有効性 2) 質問のさまざまなスキル <ul style="list-style-type: none"><li>● チャンクダウン(物事を具体化する)</li><li>● メタモデル(真意を引き出す)</li><li>● スケーリング(主観的評価でレベルを判断する)</li><li>● デイソシエーション(客観的、第三者的に発想し、アイデアを引き出す)</li><li>● 比較質問(比較して本質を探る)</li><li>● ビジュアルイゼーション(絵を描き、情景を明確にする)</li></ul> 3) やってはいけない質問
	<b>5.部下の問題解決を促すコーチング</b> 【講義・ペアワーク】 1) 部下から相談を受けた場合取るべきコーチングを学ぶ
	<b>6.研修の振り返り&amp;今後の行動宣言</b> 【講義・個人ワーク】 1) 本日の研修を振り返り、今後どんなことに取り組んでいくのかを決める 2) それを継続して取り組んでいける仕組みも考える
16:30	<b>7.講師講評</b> 【講義】