

# 中堅職員研修 ～コミュニケーションとチームワーク～

対象者：中堅職員

## 1. 研修の目的

組織内外・上下左右のコミュニケーションの中心となる中堅職員に対して、フォロワーシップ、アサーション、そして後輩職員への指導スキルに関する研修を実施し、今後の業務推進力の向上を図る。

## 2. 研修内容

|       | 内 容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9:00  | <b>1. プレリーダー層として求められる期待と役割 【講義】</b><br>1) 組織内外における“コミュニケーションの中心”となる<br>2) チームの力を最大化するフォロワーシップとリーダースhip<br><b>2. チームとしての行動・成果に目を向ける ～フォロワーシップを発揮する～</b><br><b>【講義・個人ワーク・グループワーク】</b><br>1) 【グループワーク】 フォロワーシップがある時、ない時<br>2) フォロワーシップの理解と具体的行動について<br>3) 【個人ワーク】 フォロワーシップを自分自身の立場に落とし込んで考える<br><b>3. 上手に自己主張する力を磨く ～アサーションスキルを身につける～</b><br><b>【講義・ペアワーク・グループワーク】</b><br>1) 【ペアワーク】 自分の意見を主張する<br>2) アサーションとは何か<br>・自己主張の3つのタイプ<br>・アサーションのための基本的な考え方「4つのアサーティブマインド」<br>3) 【グループワーク】 ケースで学ぶアサーションスキル<br>・急な仕事を頼まれ、断りたい時<br>・約束を守ってくれなかった時<br>・「DESC 法」と「I メッセージ」                                  |
| 12:00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 13:00 | <b>4. 後輩の成長に目を向ける ～相手の力を引き出すコミュニケーション～</b><br><b>【講義・個人ワーク・ペアワーク・グループワーク】</b><br>1) 【グループワーク】 後輩指導における悩みとは<br>2) 後輩を指導・支援する際の心構え<br>3) まずは後輩支援の土台作り(自分自身)：「凡事を徹底する」「前向きな言葉を使う」<br>4) 後輩支援のためのコミュニケーション：「理解」「フィードバック」「引き出す」<br>5) 相手を理解する<br>・【個人ワーク】 後輩のことをどれだけ知っていますか<br>・会話を増やすために出来ること：積極的に話しかける/話しかけやすい雰囲気を作る<br>・相手の話を聴く：傾聴のスキル<br>6) 相手の行動に対し、フィードバックする<br>・【ペアワーク】 相手の良いところを探し、ほめる<br>・相手を「勇気づける」声掛けとは<br>・相手を叱るときのポイント<br>7) 相手の「思考・行動」を引き出す<br>・コーチングの考え方とコアスキル(傾聴・承認・質問)<br>・仕事を進める思考の5STEP(問題・課題・目標・具体策・行動)<br>・【ペアワーク】 1年後はどんな人材になりたいですか<br><b>5. まとめ ～職場での実践に向けて～ 【講義・グループワーク】</b> |
| 16:30 | 1) 気づきのシェア                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |