

## 研修事例

### ●研修名『チームの関係性作りに生かすコーチングマインド』

#### ●研修概要

コーチングは、人の可能性を信じ、それぞれが持っている「答え」に焦点をあてることで、物事を選択や、行動促進に寄与するスキルである。

一般的に、コーチングの機能を果たすために有用なコミュニケーションスキルを学習することは多いが、そのスキルをさらに効果的に生かすためには、マインドも重要である。本研修では、コーチングの考え方やスキルをベースに、チームの関係性作りに活用できるコーチングマインドを体験的に学ぶとともに、日常業務で実際に試みることを目的とする。

#### ●研修構成

##### 1. コーチングの考え方と基本的なスキル

- ・コーチングとは
- ・コーチングのベースとなる人間観
- ・人の多様性
- ・相手の本質に焦点をあてる対話
- ・承認する
- ・コミュニケーションのタイプとかわり方

##### 2. チームにおける人間関係

- ・感謝で作る、人間関係
- ・チームの関係性における肯定性の促進
- ・チームの協働関係づくり