

2年目に向けてのフォローアップ研修

～内面・対人コミュニケーション能力向上～

概要

研修のメインテーマはコミュニケーション能力の向上です。

前半は自分の内面との、後半は対人における、コミュニケーション力をそれぞれ深めます。まもなく訪れる2年目に向けて、仕事への意識がさらに向上することが期待できます。

・前半のテーマ 《自分の内面との対話》

自分の内面と向き合うことで、目標に向かって行動するためにはどうしたらいいかを考えます。ぼんやりとした不安が時に行動の邪魔をすることもあるものです。自分の本心に耳を傾け、不安の正体を探ることで、不安が解消され、これまでより早く行動に移せるようになります。

「行動に移せる自分」になることで、自信を養い、今後の仕事への意識も向上します。

・後半のテーマ 《対人コミュニケーション能力の向上》

毎日の「おはようございます」から、プレゼンテーション、営業先での商談に宴会の場。ビジネスのあらゆる場面で必要なのがコミュニケーション能力です。特に、先輩や上司への【質問】。入社年数を重ねると「いまさら?!と思われそう・・・」などという理由からあまり人に質問したくない・・・と感じる方も少なくありません。積極的な意見の交換は組織の活性化だけでなく、ミス防止にもつながります。

この研修では座学は最小限に抑え、受講生の皆さんが考え、発表することに重点を置いていますので能動的に講座に参加していただく事ができます。

期待できる導入効果

- ・高い目標を明確に持つことができる
- ・高い目標に向かって前向きに取り組む姿勢が身につく
- ・自分に自信がつき、仕事への意欲が高まる
- ・【目標設定→行動】が習慣化し業務効率が向上する
- ・聴く力が身に付き、上司や部下とのやり取りがスムーズになる
- ・より良い人間関係が構築でき、社内外で信頼を勝ち取れるようになる

研修例

前半

- ① 1年目の振り返り
 - ・1年を振り返って、その時々の仕事の状況、意識の持ち方を書き出す
 - ・1年で1番の成功体験を発表→成功体験で得られたものについて考える
- ② 2年目に求められること
 - ・1年目との変化について考える。(業務、先輩としての役割、不安点の整理)
- ③ 現在の不安を考える
 - ・不安の正体を探る(1)本当に周囲に求められていることはなにか？
(2)行動をとめてしまう原因を考える
- ④ 2年目の目標設定(達成したい目標の作り方)
 - ・【座学】理解と行動の溝を埋める大切さ
 - ・【座学】達成するための目標に必要な4つの条件
 - ・4つの条件に従って、具体的な目標を作る
- ⑤ 2年目の目標を達成するための行動を考える
 - ・目標を逆算して行動を具体化する→明日から実行することを設定する

後半

- ①(座学)コミュニケーションの大切さ～言語力・非言語力とは～
- ②コミュニケーションスキルの紹介・実践
 - ・相手から話を引き出す方法
 - ・相手を傷つけず自分の意見を伝える方法
- ③好感をもたれる質問の仕方
 - ・質問の準備、タイミング、伝え方を考える→実践
- ④まとめ
 - ・2年目の目標が達成できた時、どんな自分になっているか

所要時間

・4時間

(前半)10:00～12:00

(後半)13:00～15:00