

# コーチング研修

時間

10:00~17:00

ねらい

- リーダーとしての役割を理解する
- コーチング手法を理解し、メンバーの前向きな行動が支援できる

時間	カリキュラム	目的
10:00	<ul style="list-style-type: none"><li>◆オリエンテーション<ul style="list-style-type: none"><li>・研修のねらいと進め方</li></ul></li><li>◆日頃のコミュニケーションの取り方を振り返る</li><li>◆リーダーの役割について考える<ul style="list-style-type: none"><li>・研修ゲーム</li></ul></li><li>◆リーダーに求められるスキルについて考える<ul style="list-style-type: none"><li>・コーチングの基本的な考え方</li><li>・コーチングする際の心構え</li><li>・コーチング手法について理解する</li></ul></li><li>◆ミニ演習</li><li>◆事例研究<ul style="list-style-type: none"><li>(メンバーから相談を受けている様子)</li></ul></li><li>◆応対演習<ul style="list-style-type: none"><li>・ロールプレイング</li></ul></li><li>◆まとめ<ul style="list-style-type: none"><li>・質疑応答</li></ul></li></ul>	<p>グループワークを通して、自己のコミュニケーションでの長所・短所を振り返る。他者の考えに触れることで視野を広げる。</p> <p>研修ゲームを通して「リーダーとして何を求められるのか」ということを考え、リーダーの役割についての理解を深める。</p> <p>「メンバーの目標達成を支援する」、「答えは相手の中にある」等、コーチングの基本的考え方を理解する。コーチングに必要なスキル（傾聴、質問、承認等）について実習を交えながら学ぶ。</p> <p>コーチングのスキルを活用し、相手の相談に乗る。</p> <p>事例動画を視聴し、あるべき姿を考える。課題に気づき、どうしたらよいかを個人・グループで考え、理解を深める。</p> <p>状況設定シートに基づきコーチング演習。演習後には、振り返りと相互アドバイスにより、学んだスキルの定着をはかる。</p>
17:00		