

チームビルディング研修

研修の 目的

チームを率いる立場のリーダーに求められる、チーム力を向上させるためのポイントを考える研修です。リーダーにとって、メンバーの持つ力をより発揮できるチームのあり方を考えることは、時代に関係なく常に求められる課題と言えます。本研修では、より良いチームづくりのためにリーダーに求められる意識や行動を考えた上で、そのために必要になるコミュニケーションスキルや感情コントロールのポイントを学びます。

■主な内容(標準時間:6時間)

項 目	内 容
1. チームビルディングとは	(1) チームビルディングの定義 (2) メンバーとの関係性で見るチームの形 * 垂直型チーム、ネットワーク型チーム * それぞれのメリット
2. リーダーに求められる意識	(1) チームビルディングのために必要な行動 (2) メンバーの多様性の理解 * 若手世代と向き合うヒント * 「年上」の部下・後輩とのコミュニケーション (3) 風通しの良い職場づくり * 職場におけるコミュニケーションの重要性 (4) ハラスメントの防止 (5) メンバーのフォローアップ (7) メンバーとのコミュニケーションの基本的態度
3. チームビルディングの基本スキル<1> 相手の話をしっかり聴き 受け止める(傾聴)	(1) 3つの“きく”の意識(聞く・訊く・訊く) (2) 傾聴とは? (3) じっくりと聴く (4) 傾聴していることを相手に伝える (5) 質問の方法の使い分け
4. チームビルディングの基本スキル<2> 適切な方法で思いや考えを 伝える(アサーション)	(1) アサーションとは? * 自分も相手も大切にするコミュニケーションの方法 (2) 対人対応のタイプ (3) アサーションの技法: 話の主語を「私」に変えてみる * 主語が「あなた」の場合との伝わり方の違い * 「私」を主語にした伝え方のポイント
5. チームビルディングの基本スキル<3> 感情のコントロール	(1) 感情とコミュニケーションの関係 (2) 感情のコントロールを示すキーワード: 「EQ」 * EQとは(IQとの違い) * EQによるコミュニケーションの円滑化 * EQを構成する能力 (3) EQを高めるために * 自分の感情を知る * メンバーの感情をキャッチするためのヒント

お問い合わせ・ご相談

株式会社 学宣

03-6205-5691 uketsuke_sougou@gakusen.co.jp

(管理コード) 251106-0027