

「自分がどうなりたいのか」を引き出し、行動に結びつける！

## 不可能を可能にするコーチング研修

コミュニケーションの手段・人材マネジメントに必要な「コーチング」が短時間で学べます。

コーチングは、人を行動に結びつける効果的なコミュニケーション技法です。コーチング技法を学ぶことで、自分や人を行動に駆り立てることができます。また、コーチング技法の他に、ティーチング、カウンセリング、コンサルティングの違いも明確になり、相手の状態によって相応しいコミュニケーション技法を使い分けることができるようになります。

### 【受講頂きたい方】

- ポジティブに行動したい方
- 部下を育成したい方
- 自分の望む結果を上げたい方

### 【研修の進め方】

- コーチングの理解と他技法の違い（講義）
- スキルの活用（ロールプレイング）
- コーチングの実践

### 【基本カリキュラム】

半日・1日・2日

半日・1日・2日	
前半	1. コーチングとは ・コーチングの歴史 ・コーチングと比較される コミュニケーション技法の違い ・コーチングスキルの全体像 ・コーチングの3つの哲学
	2. 基本スキルの習得 ・フィードバック ・ラポール ・関わり行動 3. 傾聴スキル (レベル1・2・3) ・傾聴スキルの使い方 ・承認・提案のスキル
後半	4. 質問技法 ・オープン・クローズ ・未来・過去・肯定・否定 ・フィードバック
	5. コーチングの実践 ・GROWモデル ・提案の使い方
	6. 部下育成のコーチング ・人生の輪 ・不満の解消 ・部下育成 ・部下の目標達成 ・実習(ロールプレイング)

### 【研修の特長】

- ① コーチング技法が半日～2日でマスターできます。
- ② 実践が多く、セルフコーチングできるようになります。
- ③ ポジティブな思考になります。
- ④ 部下育成力・コミュニケーション力が向上します。