

～部下のココロに火をつける！～

組織の生産性を最大限に高めるマネジメントになるための  
【ココロの運転免許取得講座】～ベーシックコース～  
**Management License Program**

*BMC* ビジネス心理コンサルティング株式会社  
Business Mind Consulting Co., Ltd.

研修のポイント

■目的・内容

無免許運転は、人を傷つけます。  
無免許運転は、時に、人を死に追いやることもあります。  
無免許運転によって、人を傷つけてしまった人も、同様に、重い十字架を背負います。  
無免許運転により、法律を違反したことで、あなたも組織も、築き上げた信用を根底から失います。

マネジメントの無免許運転は、多くの人を不幸にし、自分自身とその家族をも不幸にします。  
もしあなたが、マネジメントの真の手法を学び、身につけることができれば、

- ① 部下のモチベーションを引き出し、
  - ② 組織を活性化させ、イキイキと働ける環境を創り、
  - ③ 業績をあげ、会社を発展させ、
  - ④ 皆の笑顔を作り、皆から信頼され、
  - ⑤ そして大切な家族・自分自身も幸せになる。
- そんなことが可能になるのです。

しかし、マネジメントが扱うものは「人のココロ」です。  
運転の技術だけを机上で学んだところで、「人のココロ」を運転することはできません。  
「人のココロ」を運転するのに必要なものは、やはり「ココロ」なのです。  
マネジメント・管理職の「ココロのあり方」「マインド」が求められています。

全5回の研修にて、マネジメント・管理職の求められる【スキル】と【マインド】のベースを身につけることができる「ココロの運転免許取得講座」。

ぜひ！受講してみてください！何よりも、あなたのココロが楽になり、幸せになれる。そんな、研修です。

■対象

経営層、管理職、中間管理職、リーダークラス、次世代リーダー、メンター、労働組合役員等

受講者の声

- 部下後輩のためと思ってやっていたことが、自分がストレスから逃避するための行動だったということ、部下後輩を傷つけ遠ざけてしまっていたかもしれないことに気づき、大変衝撃を受けました。マネジメントの本質を理解できたように感じました。「時間が無い」「忙しい」を理由にコミュニケーションを疎かにしてしまいましたが、明日からはまずは1分、部下後輩の心に耳を傾けてみます。
- 研修後1ヵ月間、部下と真剣に向き合いました。職場が変わりました！業績も飛躍的に向上しました！私自身、部下のためと思ってモチベーションを奪ってしまっていたことを痛感させられました。部下から頼りにされる存在になることができ、幸せを実感しています。
- 今まで考えていたマネジメントとは全く違うものでした。多くの悩める管理職・経営層にも聴いて欲しい内容です。

## ☆研修プログラム（例）

■半日（13時～17時）研修×5日間（月1回）※ご要望に応じて、時間・内容共にカスタマイズしてご提案します。

### 【第1回】

◇マネジメントに求められる「信念」	<ul style="list-style-type: none"> <li>●「人間観」</li> <li>「仕事観」</li> <li>「人生観」</li> <li>●「闘争か逃走か」</li> <li>人間関係の基本的な心理とは</li> </ul>	<p>部下をどのような眼で観ているのか。仕事に誇りを持っているか。自分を尊重できているか。自分自身の「信念」が、全ての人間関係に影響を与えます。</p> <p>自分を尊重してくれない上司のことを、部下は「どちらかという敵」とみなし、逃げるか、闘うかを選択することでしょう。</p> <p>マネジメントに求められる最も大切な「信念」を創りだす研修です。</p>
◇交流分析	<ul style="list-style-type: none"> <li>●心理テストの実施</li> <li>●言葉は必ず「心から出る」</li> <li>●キャッチボールとドッジボールのコミュニケーション</li> <li>●より良いコミュニケーションのための「心の持ち方」</li> </ul>	<p>私たちはそれぞれ固有の「心のパターン」を持っています。時にはそれが個性として発揮され、また時にはクセとしてコミュニケーションを阻害してしまいます。心理テストと明解なコミュニケーション理論を通じて「自分を知る」内容です。</p> <p>自分が思っている「自分の姿」と、周囲が観ている「自分の姿」とのギャップ。</p> <p>自らの「心のパターン」に気づき、自分の感情や行動を「コントロール」できるようになるための研修です。</p>

### 【第2回】

◇前回の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>●前回内容の振り返り</li> <li>●課題フィードバック</li> </ul>	
◇モチベーションを理解する	<ul style="list-style-type: none"> <li>●モチベーションが高まる理由</li> <li>●モチベーション・チェックリスト</li> <li>●経済的要因と、非経済的要因</li> <li>●10のモチベーション因子の高め方</li> <li>●コミュニケーションとモチベーションについて</li> </ul>	<p>人によってモチベーション（動機づけ）の源は違います。</p> <p>モチベーション要因を10項目に落とし込み、あなたの「心のエネルギー」の源を探ります。「前向きな心と行動」を自然に維持するために必要不可欠な内容です。</p> <p>「どこに自分のやる気スイッチ」があるかを明確にしてゆくとともに、部下や後輩、子どものモチベーションを上げる取り組みを通じてマスターします。</p>
◇相手との信頼関係を築き、課題を解決に導く心理学	<ul style="list-style-type: none"> <li>●真の「成幸者」とは</li> <li>●【ワーク】相手が心を閉ざす「おきまりの12のパターン」</li> <li>●相手の心を開く「聴き方の極意」</li> </ul>	<p>「聴く能力」は生涯獲得賃金に大きな影響を与えることがわかってきました。つまり成功者（成幸者）は「優秀な聴き手」であるということです。</p> <p>本講座は「聴けない理由」「聴くために必要な知識と技術」が明解に学べる内容です。</p> <p>今までは無意識のうちに相手の心を遠ざけ、反発を招いていた自らの対応をコントロールできるようになり、部下や同僚、顧客との信頼関係を築き、人間関係を劇的に改善させていくための研修です。</p>
◇傾聴「実践」	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ロープレ「評価面談Ver」</li> <li>●部下の気持ちを理解する</li> </ul>	<p>ロープレの中で、パッシブリスニング、アクティブリスニングを体感、実践していきます。</p> <p>また、ゲシュタルト心理学に基づいたロープレを実施し、部下の立場や役割を理解しつつ、部下が自分の「協力者」となってくれるコミュニケーションを身につけます。</p>

【第3回】

◇前回の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 前回内容の振り返り</li> <li>● 課題フィードバック</li> </ul>	
◇メンタルヘルスの基本的な知識	<ul style="list-style-type: none"> <li>● なぜ、人はメンタルダウンに陥るのか</li> <li>● セルフケア、ラインケア</li> </ul>	人間にとって最も耐え難い苦痛は「精神的な孤独」であると、マザーテレサは語っています。人のココロが折れてしまう理由を理解するとともに、表面的な「セルフケア」「ラインケア」ではなく、人のココロを重視した真のメンタルヘルス対策について学びます。
◇「アサーション」 相手が自ら行動を変えてくれる伝え方	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「心の温度」を伝える、「素直になる」ということ</li> <li>● 信頼され、愛され、協力者を増やす「伝え方」</li> <li>● 相手が自ら行動を変えてくれる「アサーション」</li> </ul>	「伝える」というコミュニケーションは相手をうまく動かすことではなく、自発的に協力したくなるように働きかけることです。成功者（成幸者）の共通点は唯一、「並外れて協力者が多い」ということです。自分の中の「真に素直な感情」とは何か。あなたの伝えている内容は、本当に「自己開示」「自己主張」なのか。相手が気持ちよく行動を変えてくれる「伝え方」とは何か。周囲の人たちがドンドン協力者となり、相手も自分も幸せになっていく「伝え方」を習得していく内容です。
◇部下を目標達成に導く「コーチング」	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「できるかもしれない」の力</li> <li>● チャンクダウン～目標達成の極意～</li> </ul> <p>※コーチング研修の一部をご紹介します内容。コーチング研修単体のプログラムは2日間研修～。</p>	目標を高く掲げすぎて、「できないかもしれない」と悩み、モチベーションを落としているビジネスパーソンは数多くいらっしゃいます。目標をチャンクダウンし、部下が「できるかもしれない」と感じられる一歩を提供するコーチングスキルを身につける内容です。

【第4回】

◇前回の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 前回内容の振り返り</li> <li>● 課題フィードバック</li> </ul>	
◇ストレスマネジメント	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 論理療法「A B C理論」</li> <li>● マイナスの固定観念に気づく</li> <li>● 「選択理論」幸福も不幸も自分の選択次第</li> <li>● メンタル・タフネスのためのトレーニング</li> </ul>	私たちの心を悩まし、ストレスを与えるものは「出来事」ではありません。出来事が苦痛を与えるのではなく、その出来事に対する「認知（とらえ方、考え方）」が心の世界をつくり出します。認知療法「A B C理論」に基づき、自身の固定観念や受け取り方、思考のクセについて学んでいく、悩みやストレスを乗り越える「強靱な心のつくり方研修」です。
◇コンプライアンスを考える	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 法律を学んでも法令順守できない理由</li> <li>● コンプライアンス違反が発生する心理的背景</li> </ul>	法律を破ってはいけない。こんなことは誰もが知っていることです。そして多くの企業において、破ってはいけない法律・ルールが認知されるよう、研修を行っているにもかかわらず、違反は発生してしまいます。コンプライアンス違反をしてしまう心理的背景を理解し、法令順守の新たなアプローチについて学びます。

【第5回】

◇前回の振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 前回内容の振り返り</li> <li>● 課題フィードバック</li> </ul>	
◇総合学習	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ディベート</li> <li>● ジャングルからの生還</li> </ul>	全5回のプログラムにて学んだ内容の「総合学習トレーニング」です。ディベートという対立軸が得意な状況の中で、学んできたことを活かし、何ができて、何ができないのかを再確認します。また、ワークを通じ、「組織（会議）にて最適な結論を導くプロセス」について学びます。