

# 個人力 & 企業力セミナーラインナップ

引き出す!

## 個人力アップ

- S - 1 相互理解力を高める
- S - 2 相互成長力を高める
- S - 3 納得を促す力を高める
- S - 4 実現力を高める
- S - 5 ストレスマネジメント

		時間数	内容概略
S-1	相互理解力を高める	8	コーチング(傾聴) アサーション ソーシャルスタイル・スタイルフ レックス
S-2	相互成長力を高める	6	キャリアの考え方 自己理解(会社人生・人生) QOLについて
S-3	納得を促す力を高め る(説得 納得へ)	4	コーチング, 反対意見を活かす 関係性を壊さない
S-4	実現力を高める (Let's GO!)	10	目標の視覚化 アクションプラン, リマインダー, モチベーター(成功体験)
S-5	ストレスマネジメン ト	4	メンタルヘルス, ストレスチェック ストレッサー, 対処法(コーピン グ)

活かす!

## 企業力アップ

- T - 1 部下のやる気を引き  
出すコーチング
- T - 2 提案力とプレゼンス  
アップ
- T - 3 チーム力を高める
- T - 4 目標達成力を高める
- T - 5 アイディアを高める

T-1	部下のやる気を引き 出すコーチング	4	SL理論, サーバントリーダーシ ップ 管理職向
T-2	提案力とプレゼンス アップ	4	アサーション, 自己基盤強化 傾聴, 質問力, EQ
T-3	チーム力を高める	4	コミュニケーション, 確認・フィ ードバック ファシリテーション, EQ
T-4	目標達成力を高める	8	アセスメント, リマインダー, 成功 体験 グループビジョンを作る グループの中長期行動計画
T-5	アイディアを高める	4	ブレストの手法を学び, 発想転換力 を高める

学ぶ!


## 面談力アップ

(コーチングスキル トレーニング)

- C - 1 基礎  
信頼関係を築きやる気を  
引き出す面談の仕方
- C - 2 応用  
目標達成を促す面談法
- C - 3 実践  
面談の仕方総チェック

C-1	基礎: 信頼関係を築 きやる気を引き出す 面談の仕方	3時間 × 4 回	聴いて認めて信じて任せられるよう な相手との信頼関係を築き、自立行 動を促す効果的な方法を学ぶ
C-2	応用: 目標達成を促 す面談法	3時間 × 6回	目標に向かう行動が止まらない様、 継続的に会話を交わすことで、行動 を促すスキルを学ぶ
C-3	実践: 面談の仕方総 チェック(1対1)	30 分 / 1回	20分の実践練習を行い、面談の内 容評価・改善提案(10分間)で1 セット

お問い合わせは下記まで...  
 A-cube株式会社  
 ホームページ  
<http://acube8.com>  
 TEL/FAX 099-226-8658  
 MAIL [info@acube8.com](mailto:info@acube8.com)  
 〒892-0815  
 易居町1-2ソーホーかごしま8号室

 費用につきましては、ご依頼内容によって変わる場合がございますので、別途お見積させていただきます。  
 お気軽に担当者におたずねください。