

自ら考え、自ら動く セルフ・コーチング研修 ～問題解決のためのアクションプラン立案スキル～ ●研修効果● 現状分析力が身につく 問題解決力が身につく セルフ・コーチングにより自立的に動けるようになる	対象	新人・若手・中堅社員 管理職・リーダー
	人数	25名（最適人数）
	時間	6時間×1日



1 日 目	UNIT1 チャンクダウン&アップ <ul style="list-style-type: none"> ・チャンクダウン&アップスキル ・具体的な行動を導く ・チャンクアップ実習 ・チャンクダウン実習 	UNIT2 視点・視野スキル <ul style="list-style-type: none"> ・視点・視野スキル ・5W2Hの視点・視野 ・新企画に対する視点・視野 ・マーケティングにおける視点・視野 ・3つの意識の位置 ・意識の位置 移動実習 ・視点を変えるポイント 	UNIT3 セルフ・コーチングスキル <ul style="list-style-type: none"> ・セルフ・コーチング（オリジナルシート） 	UNIT4 明日からの行動宣言 <ul style="list-style-type: none"> ・行動計画書の作成 ・行動宣言の作成 ・行動宣言のプレゼンテーション ・（ビデオ撮影、ふり返り） ・他者からのフィードバック ・まとめ