

女性のための モチベーションアップ研修

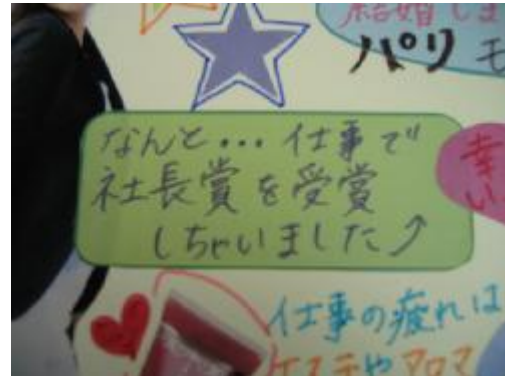
～ 3年目の壁をふわりと乗り越える！～

●研修効果●

何のために仕事をしているかが分かり、働き続けたいくなる

自分の得意なことが分かり、強みを伸ばせるようになる
自分が何をしたいのかが分かり、迷わなくなる

対象 新人・若手
人数 25名（最適人数）
時間 6時間×2日



1 日 目	UNIT1 ドリームマップとは	UNIT2 自己理解を深める	UNIT3 自分を知る	UNIT4 ビジョン策定
	<ul style="list-style-type: none"> ドリームマップとは？ 目標達成のためのワン・ツー・スリーの法則 目標達成とドリームマップ マテリアルの事前準備 ドリームマップ事例 ドリームマップ下書き（別紙） 	<ul style="list-style-type: none"> 自己理解を深める 価値観の形成過程 タイプ別価値観 自分で知らない自分 言葉による自己理解 強みによる自己理解 強みと弱み 	<ul style="list-style-type: none"> 自分を知る 自分は何が得意（Can）で、何がしたく（Want）、何をしている自分が、会社や他者に役立っているか？（Need） 重要で緊急な優先順位を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ビジョン策定スキル 成功には正攻法がある When? と Why? ビジョンを明確にする8つの質問 ディズニー・ストラテジー 実習

2 日 目	UNIT5 目標設定スキル	UNIT6 ドリームマップ作成	UNIT7 プレゼンテーション	UNIT8 明日からの行動宣言
	<ul style="list-style-type: none"> 目標設定スキル 目標達成の法則 目標設定の原則 目標設定は「ぐたいてき」 	<ul style="list-style-type: none"> ドリームマップを実際に作成する 	<ul style="list-style-type: none"> プレゼンテーションのポイント 第一印象を高める ドリームマップ発表 仲間への協力を依頼 	<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