

# コーチング研修

時間	概要	内容
	本研修の主旨、目的、カリキュラムのご紹介、資料配布など	
	Step1 自分に求められているものを再確認する	1.1 立場を変えて考えてみる 1.2 『長所』『短所』との付き合い方 1.3 コーチングが効果的なこと・効果的でないこと
	Step2 コーチングとは	2.1 コーチングが目指すもの 2.2 『ティーチング』と『コーチング』の違い ①ティーチングとの違い ②ティーチヘルプではなくサポートフォロー
	Step3 個性を把握・分析する	3.1 相手の長所を発見する
	Step4 相手を受容するためのコミュニケーション	4.1 相手の本心を引き出す 傾聴カロールプレイング 4.2 相手の真意を明確にする 質問カロールプレイング
	Step5 相手に伝えるためのコミュニケーション	5.1 伝えるべきだが伝えられていないことを洗い出す 5.2 伝えにくいことを伝える理由 5.3 アサーティブコミュニケーションとは？ 5.4 アサーティブコミュニケーションロールプレイング
	Step6 コーチングを活かす	6.1 見せかけだけのスキルからの脱却 心に響くコーチングの実践 ① 褒める（承認・傾聴） ② 叱る（質問・承認）
	さいごに	質疑応答とアンケートのご記入

※1 時間を目安に約 10 分の休憩がございます。

※ご要望にあわせて研修内容をカスタマイズいたします。

MEMO

お問い合わせ先：株式会社ズーム 法人研修事業部

〒160-0022 東京都新宿区新宿 5-17-2 YM ビル 3F TEL : 03-6233-9170 Email:info@zoom.co.jp

Copyright © ZOOM Co., Ltd. All rights reserved.