

企業研修 公開型

セルフマネジメント研修 大阪

1日通い

2021-12-13 09:30 ~ 2021-12-13 17:00

自分の思考のクセ、行動パターンのクセに気づいていますか？

無意識の偏見について学び、職場で気を付けるべき言動を理解する
叱ることを恐れず、上手に伝える叱り方を身につける

対象者

受講料・参加費

35,000 円 + 消費税10%
昼食代を含む

定員数

20名 (最少催行人数: 5名)

会場

ホテルマイステイズ新大阪
大阪府大阪市淀川区西中島6-2-19

JR「新大阪」駅正面口より徒歩8分

Osaka Metro 御堂筋線「新大阪」駅7番出口より徒歩5分

Osaka Metro 御堂筋線「西中島南方」駅1番出口より徒歩5分

スケジュール (例)

1日通い

9:30 [オリエンテーション]

- ① 思考と行動のパターンを知って感情をマネジメントする
【アンガーマネジメント】
- ・自分の思考と行動のパターンを知る(自己理解ワーク)
 - ・感情の元にある自分の価値観を知る
 - ・価値観の自己認識と優先順位の設定(価値観ワーク)

- ② 思考をマネジメントする
- ・思考を整理する5つのフレームワーク

12:00 昼食休憩

12:45 ③ チームマネジメントに活かす思考整理法

- ・相手をより理解するための価値観のすり合わせワーク(グループワーク)

- ④ 思考パターンの自己理解を深める
【アンコンシャスバイアス】
- ・アンコンシャスバイアス(無意識の偏見)とは
 - ・自分の思考スタイルをチェックする
 - ・バイアスの種類

- ⑤ 組織の思考パターンを知る【他者理解】
- ・アンコンシャスバイアスの正体とは
 - ・アンコンシャスバイアスに気づくためのポイント
 - ・あなたの組織の中にあるアンコンシャスバイアス(グループワーク)

- ⑥ アンコンシャスバイアスへの対処法
- ・柔軟な思考を得るための5つのステップ
 - ・セルフマネジメントのためにできること(ディスカッション)

- ⑦ 振り返りとまとめ
- ・明日からの行動宣言

17:00

お問い合わせ先

日鉄総研株式会社 ビジネスソリューション部 教育事業センター
Tel : 06-6220-5250 / Fax : 06-6220-5955