必須 / 部長層 / 課長層・次長層・主任層・係長層 / 中堅層 / 若手層・新人社員層

BTC 7

自律的に業務を行い成果を出すための、【企画・提案力】【管理力】【改善力】の向上を目指す

各種検索サイトで セミナーID JMA100150 検索

2日間 必須コース 役割認識・行動変容

中堅社員のための ビジネス遂行力向上コース（BTC）

講師 JMA専任講師、ほか

定員 30名
開催場所により定員数が異なる場合があります。

本コースで学べること

1. 企画・提案力
ニーズと目的を明確化し、施策と効果を明示する力

2. 管理力
目的・結果のために計画を立て、統制する力

3. 改善力
「より良く」「より安く」「より早く」「より安全に」結果を向上させる力

進め方

●「基本動作セルフチェック」を通して自身の業務を振り返り、実施できていない項目を点検します。

●「個人研究」で深く物事を考え、「グループワーク」で他社の参加者と意見を交わし、視野を広げます。

●ケーススタディを通して、理論や方法論を体得します。

●「研修のまとめシート」で気づきをチェックし、実際の実務における振り返りやチェックに役立たせます。

対　象

- ビジネス基礎力をレベルアップさせたい若手社員
- 中堅社員（3年目～7年目程度）
- 計画（スケジュール）の立て方やリソース管理、統制の基本を学び、効率的なプロジェクト運営を行いたい方

会期・開催形態（会場）

※確定した会場のご案内は、参加証の送付時に行います。

2027年 1月19日（火）～20日（水）※オンライン
2月 4日（木）～ 5日（金）※会場（東京）
6月 9日（水）～10日（木）※会場（東京）
7月13日（火）～14日（水）※オンライン
8月 5日（木）～ 6日（金）※オンライン
9月 9日（木）～10日（金）※会場（東京）
10月 7日（木）～ 8日（金）※オンライン
11月11日（木）～12日（金）※会場（東京）
12月 7日（火）～ 8日（水）※会場（東京）
2028年 1月18日（火）～19日（水）※オンライン
2月 3日（木）～ 4日（金）※会場（東京）

参加料（税込）

	通常参加料	年間まとめ参加料金 1回の申込で、年間5名以上申込の場合
日本能率協会法人会員	114,400円／1名	94,600円／1名
上　記　会　員　外	126,500円／1名	105,600円／1名

※本事業開催最終日の消費税率を適用させていただきます。
※参加料にはテキスト（資料）費が含まれております。
※昼食の提供はございません。（各自でご用意ください）

プログラム概念図

中堅社員に求められる能力役割の確認
→ 企画・提案力（新たなコンセプトをわかりやすく・効果的に伝える）
→ 管理力（効率的に仕事を進める）
→ 改善力（仕事をよりよい方向に変える）
→ スキルアップ（学んだことをどう活かすか）

プログラム

（昼休み12：00～13：00）

時間	1日目	2日目
10:00	**1. 中堅社員に求められる能力** (1)企業を取り巻く環境をよく知る (2)中堅社員には業務の中心を担うことが期待されている (3)中堅社員に求められる能力を知る (4)企画・提案力、管理力、改善力が不可欠である 演習 **2.「企画・提案力」の向上** ～新たなコンセプトを分かりやすく・効果的に伝える～ (1)企画・提案力とは (2)企画のプロセス（手順） (3)提案力向上のポイント 演習	**3.「管理力」の向上** ～効率的に仕事を進める～ (1)管理とは (2)管理のプロセス（手順） (3)管理力を向上させるには 演習 **4.「改善力」の向上** ～仕事をよりよい方向に変える～ (1)改善とは (2)改善のプロセス（手順） 演習 **5. まとめ** (1)学んだ事の整理 (2)現場での活用
17:00		

※プログラム・スケジュールは変更することがありますのでご了承ください。

必須 / 部長層 / 課長層・次長層・主任層・係長層 / 中堅層 / 若手層・新人社員層

BHC 8

業務遂行の“カギ”となるヒューマンスキルの底上げを図る

各種検索サイトで セミナーID JMA100151 検索

2日間 必須コース 役割認識・行動変容

中堅社員のための 対人関係能力向上コース（BHC）

講師 中家 八千代
高橋 和美
（株）プレイバック・シアター研究所
※会期により、講師が変わります。

定員 30名
開催場所により定員数が異なる場合があります。

本コースで学べること

1. 対人関係構築力
自己の個性を知り、強みを活かすポイントを掴み（自己理解）、他者とより良く関わり（他者理解）、効果的なチームづくりを行う。

2. コミュニケーション力
相手の考えや情報を正確にキャッチし、的確な方法で表現し、発信する。
また、後輩の特性・成長段階に合わせた指導育成を行う。

3. ストレスマネジメント力
対人関係で生じるストレスからうまく自分をコントロールする方法を学ぶ。

進め方

●エゴグラム診断を使いながら、自分や相手にどのような特徴があるのかを視覚的に理解していきます。

●スピーチ演習や他者とのロールプレイングなど、豊富なワークを繰り返し行いながら、コミュニケーション能力、対人関係構築力を体得していきます。

●ストレスチェックを使い、自己のストレスをセルフマネジメントできるスキルを身につけるとともに周囲の人たちのストレスマネジメントに役立たせます。

対　象

- 包括的なコミュニケーション能力を身に着けたい方
- 後輩指導における対人スキルを身に着けたい方
- 若手・中堅社員（3～7年目程度）

会期・開催形態（会場）

※確定した会場のご案内は、参加証の送付時に行います。

2027年 2月 9日（火）～10日（水）※会場（東京）
6月23日（水）～24日（木）※会場（東京）
9月14日（火）～15日（水）※オンライン
10月21日（木）～22日（金）※会場（東京）
2028年 2月17日（木）～18日（金）※会場（東京）

参加料（税込）

	通常参加料	年間まとめ参加料金 1回の申込で、年間5名以上申込の場合
日本能率協会法人会員	114,400円／1名	94,600円／1名
上　記　会　員　外	126,500円／1名	105,600円／1名

※本事業開催最終日の消費税率を適用させていただきます。
※参加料にはテキスト（資料）費が含まれております。
※昼食の提供はございません。（各自でご用意ください）

参加者の声

- **相手の性格やタイプに合わせてどのように対応していけば良いか**等学ぶことができてよかった
- **発表や振り返りの時間が多く、自己理解が深まりました。**また、他者の意見を聞くことで、様々な価値観に振れることができました。
- とても楽しく受講できました。自身が仕事していく上で、**同僚や後輩との接し方、また相手の状態を見て対応すること**など多くを学ぶことができました。
- **受講前と受講後で考え方が変わった**ので、**コミュニケーション能力や対人スキルを身につけたい人は、是非受講してみてほしい**です。

プログラム

（昼休み12：00～13：00）

時間	1日目	2日目
10:00	◆ **オリエンテーション** • 研修のねらい、進め方 • あなたが研修に期待していることは **1. ヒューマンスキルとは** • ヒューマンスキルを考える **2. 自己を知り、他者理解を深める** 1. 自分をより良く知る ・性格(パーソナリティ)とは　・性格の自己分析(エゴグラム) ・自己成長のための整理 2. 各自我状態を伸ばす行動 **3. 他者とより良い人間関係を築く** 1. 私たちのやりがい、働きがい　2. やりがい、働きがいの源 3. 人によって違うやる気のスイッチ　4. ストロークの演習 5. ストロークの応用 演習 **4. 的確な情報発信と意思伝達** 1. 表現スキルのポイント　2. 的確な情報発信と意思伝達 3. スピーチとプレゼンテーション　4. 内容構成 5. ストーリーテリング　6. スピーチ演習	**4.的確な情報発信と意思伝達（つづき）** 演習 **5. 後輩の指導、説得に役立つ傾聴** 1. 指導、育成の前提 2. 様々な指導育成方法 3. 質問のスキル 4. 傾聴のポイント 演習 **6. より良いチームづくり** 1. 良いチームとは 2. 良いチーム5つの要素 演習 **7. ストレスとの付き合い方** 1. ストレスとは 2. ストレスを上手に発散する 3. 自分に合ったストレス発散方法 4. メンタルタフネス **8. 研修のまとめ** 1. 学んだ事の整理 2. 現場での活用
17:00		

※プログラム・スケジュールは変更することがありますのでご了承ください。