

～現場で活かせる応用力を実践的に習得～

# 次世代リーダーの成長を導く 大人のコーチングセミナー

会 期 2025年 9月26日(金)  
2026年 3月12日(木)

会 場 日本能率協会 研修室  
(東京都・港区・芝公園)

## 対 象

- ・次世代リーダー候補の社内メンターやコーチに任命された方
- ・既にメンターやコーチとして活動し、さらなるスキルアップを目指したい方
- ・若手の対話のパートナーとして、より高いレベルのコーチング力を身に付けたい方

## 講 師

齋藤 淳子

株式会社ブライト・サクセサース  
代表取締役

## 本セミナーのねらい

- ・本セミナーはコーチングの基礎＋応用編：実践的で高度なスキルのインストールを目指します
- ・大人のコーチングとは？：以下のような対話をイメージしています

成熟度：経験に裏打ちされた深い理解を持ち、冷静かつ柔軟に対応する姿勢

包容力：相手の立場や感情を受け入れ、共感しながらも必要な提案を提供できる

刺激的：相手が自らの課題や成長の可能性に気づけるよう、対話に繋がる新しい視点の質問を提供できる

## プログラム

<昼休み 12:00～13:00>

9:30

### ■ プログラムのねらいとルールの確認

#### 1 コーチとは

- ・インターナル(社内)とエクスターナル(社外)のコーチのそれぞれの特徴を理解する
- ・コーチとメンターの違い  
共通して必要な事とコミュニケーションスキル

#### 2 コーチとして成長するために

- ・自己理解の領域を増やす
- ・成長課題を意識する
- ・感情のコントロール

#### 3 コーチのコミュニケーション

- ① アクティブリスニングのスキル
  - ・きいているとは何か？
  - ・その意味は？
  - ・バーバルとノンバーバルのコミュニケーション

17:00

- ② 対話を深め視点を広げる質問のスキル
  - ・質問とは何か？
  - ・コーチの問いとはどのようなものか？
  - ・質問の種類とその作り方

#### ③ 提案

- ・提案の意味と効用
- ・提案が機能する場面
- ・具体的な使い方

#### 4 コーチングカンバセーションの体験

#### 5 プロジェクトの成功のための セットアップ

- ・双方に共通認識を作る
- ・共通のツールを作る

#### 6 まとめ

※プログラム内容は、変更される場合があります。また、進行の都合により時間割が変わる場合がございます。あらかじめご了承ください。

◆ 関係部門・関心のある方へご回覧・ご紹介ください。

# 次世代リーダーの成長を導く大人のコーチングセミナー

## 講師紹介(敬称略)

齋藤 淳子

株式会社ブライト・サクセサーズ

代表取締役

立教大学法学部卒、立教大学ビジネスデザイン研究科博士課程前期課程修了、経営管理学修士(MBA)取得

【職歴】株式会社 神戸製鋼所

株式会社 マネジメントサービスセンター(MSC) アセッサーとして勤務

株式会社 コーチ・トウェンティワン

株式会社 コーチ・エイ エグゼクティブコーチとして勤務

2017年 株式会社ブライト・サクセサーズ設立

<http://www.bsc-coach.com/>

【資格】国際コーチング連盟(ICF)マスター認定コーチ

一般社団法人生涯学習開発財団認定マスターコーチ

Hogan Assessment認定コーチ

HRD認定DISC® インストラクター

Gallup認定strengthコーチ

産業カウンセラー

## お申し込みについて

定員になり次第、申込受付を終了します。お早めにお申し込みください。

1



パソコン(各種検索サイト)からダイレクトで

セミナーID(半角数字) **JMA 152650** で検索

もしくは、<https://school.jma.or.jp/>

※貴社の情報セキュリティ方針等でwebからのお申し込みが難しい方は  
JMAマネジメントスクールまでお電話にてお問い合わせください。

TEL: 03(3434)6271

2



スマートフォン  
タブレットから



## 参加料 (消費税込)

一般社団法人日本能率協会法人会員	62,700円/1名
上記会員外	74,800円/1名

※参加料にはテキスト(資料)費が含まれています。

※昼食の提供はございません。(各自でご用意ください。)

※法人会員ご入会の有無につきましては、下記HPにてご確認ください。

<https://www.jma.or.jp/membership/>

※参加申込規定はJMAマネジメントスクールのWebページ(<https://school.jma.or.jp/>)  
に掲載しておりますので確認、ご同意のうえお申し込みください。

会場開催の会場案内 会場地図は、参加証送付時にご案内いたします。

日本能率協会 研修室 〒105-8522 東京都港区芝公園3-1-22

参加定員 24名 (参加人数が最少催行人数に達しない場合は、延期もしくは  
中止にさせていただきます。)

## キャンセル・参加日程変更の規定

キャンセルご連絡日	キャンセル料	日程変更手数料 (年度内一回限り)
開催15日前～開催8日前 (開催当日を含まず)	参加料の10%	無 料
開催7日前～前々日 (開催当日を含まず)	参加料の30%	5,500円(税込)
開催前日および当日	参加料の全額	7,700円(税込)

参加日程の変更については、変更後の日程で確実に参加することを条件に1回のみ可能  
といたします。

電話でご確認後、所定のお手続きをお取りください。万が一キャンセルの場合、初回  
のお申出の日付により上記キャンセル料が発生します。なお変更後の日程のキャンセル  
の場合も上記キャンセル料を申し受けますのでご了承ください。変更は同一年度内(4月～  
翌年3月)に限ります。

(注)変更・キャンセルの場合は必ずJMAマネジメントスクールの問い合わせフォームより  
ご連絡ください。

申込に関するお問い合わせ先 (参加証・請求書・キャンセル・変更などに関する内容)

JMAマネジメントスクール TEL: 03(3434)6271

電話受付時間 月～金曜日9:00～17:00 ただし祝日を除く

E-mail: [seminar@jma.or.jp](mailto:seminar@jma.or.jp) FAX: 03(3434)5505

プログラム内容に関するお問い合わせ先 (企画担当)

一般社団法人日本能率協会 経営・人材革新センター

〒105-8522 東京都港区芝公園3-1-22 TEL: 03(3434)1955(直通)

日本の経営革新

×  
学びと成長



日本能率協会(JMA)は、企業経営の要である「ひと」の力を最大にすることを通じ、  
新たな経営・組織づくりに貢献します。

社長・役員向けプログラムのほか、次世代経営者・幹部育成のための長期プログラム、  
役職別の能力開発研修、人事・教育、マーケティング、営業、開発・設計・技術、生産、  
購買・調達など専門領域のスキルアップ研修など年間2,000本以上の公開型研修を開催  
しています。また、企業・自治体・学校向け、個別課題解決支援も行っています。

## 会員制度のご案内

一般社団法人日本能率協会は法人を  
対象とした法人会員制度を設け、  
セミナー参加料割引をはじめ各種  
サービスを提供しております。  
是非この機会にご入会をご検討  
ください。

詳細は

[https://www.jma.or.jp/  
membership/](https://www.jma.or.jp/membership/)

## JMAが選ばれ続ける4つの理由

- 1 現場課題に  
合わせた  
プログラム内容
- 2 実践力のつく  
演習
- 3 研修結果を  
継続させる仕組み
- 4 多様な業界、  
業種と交流