

コア・プログラム

1

コアプログラムの目的

自分のコア（本質）を見つめ直し、自分を突き動かすあらゆる原動力となっているパワーの源を知り発揮する

コアプログラムの主な効果

1. 自分の中に揺るぎない「軸」ができる
2. 自己肯定感が満たされ、未来のビジョンがクリアになる
3. 状況や環境を自分にとってプラスに変える事が出来る
4. 影響力・リーダーシップ力が飛躍的に向上する
5. 人間理解が深まり、関係を深めることができる
6. 人を育てる能力がアップする 他



研修プログラム概要

組織と言っても、個人の集まりであり、個人の成長無くして、企業の成長はありません。一人ひとりが、自分を根底から動かす原動力（コアバリュー）を知り、自分の個性・能力・経験を最大限に活かし、自分の人生のリーダーシップが取れるようになるプログラムです。参加者との関わり、トレーナーのフィードバック、グループコーチング、アクティビティーを通して、自ら感じとり、気づくこと、そして、頭で気づいただけでなく行動変化を起こし、実体験を通して自分のものにしていく事を徹底して行います。

＝プログラム内容

1. コアバリュー 【ベーシック】

自分の本質を見直し、ビジョンを手にする

体験型ワークショップ

五感を研ぎ澄まし、心の奥深いところに触れ、徹底して自分に向き合っていただく為、環境を整え、日常生活と切り離れたところで取り組んでいただきます。自分のコア・バリューがわかると、仕事だけでなく、主体的に自分の生き方を、自分で迷いなく選択していくことができます。また、それぞれが本質的に持っている特性も良く見直した上で、自分の行動を制限するもの、障害となっているマイナスバリューを解消し、主体的に常に安定したパフォーマンスを発揮できるようになります。

参考プログラム 4日間（2泊3日+1日）

【1日目】	【2日目】	【3日目】	【4日目】
1) 目的の共有とグラドルール	1) 五感を磨く	1) 人生において大切なもの	1) 気づきをシェア
2) アンバランスチェック	2) 人との関わりを見直す	2) イメージワーク	2) 感情はエネルギーの源
3) コアバリューとは何か	3) 自分のパターンを知る	3) コアバリューマップ完成	3) ビジョンを描く
4) 「考える事」と「感じる事」	4) 行動の源になるものは何か	4) パワーバリュー実践計画	4) 目標設定
5) バリューマップのキーワード	5) 感情とはエネルギー	5) 自分の存在意義を創造する	5) シナジー効果
6) 8つの感情の壁	6) 人生が豊かになるサイクル	6) パワーバリューで生きる	6) 未来のタイムライン
7) メンタルブロックを越える 他	7) 恐れと向き合い克服する 他	7) 人生のリソースを活かす 他	

※ ワークショップは、その場で起こっているリアリティを優先して進めていくため、プログラムは参加される方の個性や現状によって変更されます。

コア・プログラム

2

＝ プログラム内容

2. コアバリュー【アドバンス】

成果を創り出す在り方

体験型ワークショップ

アドバンスは、リレーションシップとビジネスがテーマ。真のパートナーシップとは、どのように築くのか。そして、人間関係に流れる自分のパターンを見直し、信頼関係を築き上げていくトレーニングです。また、自分の仕事に対する在り方を見直し、情熱を燃やし続けていくことが出来る仕事は何か。成果を出す為に必要なことは何か。自分のミッションを実現でき、心から打ち込むことのできる仕事は何か。自分のパワーを発揮できる仕事の仕方、役割、ポジションを追求していきます。

参考プログラム 2日間

【1日目】 リレーションシップ編

- 1) 人間関係におけるコアバリューは
- 2) 上手く行ったパートナーシップ
- 3) 上手く行かなかったパートナーシップからのヒント
- 4) 信頼関係とは
- 5) パートナーの存在意義
- 6) パートナーシップに必要な3つのこと
- 7) 理想のパートナー像とは
他

【2日目】 ビジネス編

- 1) 生きがいを持って取組める仕事を明確に
- 2) 自分らしさを発揮できる仕事は
- 3) 自分を活かすことができる役割
- 4) 自分のもっている特質は
- 5) 成果をつくるとは
- 6) 目標とコミットメント
- 7) 現実を作り出す行動計画
他

※ ワークショップは、その場で起こっているリアリティを優先して進めていくため、プログラムは参加される方の個性や現状によって変更されます。

3. コアトレーナートレーニング

人材育成のプロフェッショナル育成

実践型トレーニング

“トレーナー” それは、「一貫性をもって生き、その人の存在そのものが人をカづけ、自発的な成長を呼び起こすことができる人」と定義しています。

講師やトレーナーという職業につく人に限らず、どんな状況や環境におかれても、プラスの変化を起こしていくことができ、社会で影響力を持ちリーダーシップを発揮できる人になる、継続的トレーニングです。

参考プログラム 14回

- | | |
|--------------------|-----------------------|
| 第1回) 目的とチームベース作り | 第8回) チームビルディング |
| 第2回) 自己観察カトレーニング | 第9回) 創作実習トレーニング |
| 第3回) 課題を見つけブレイクスルー | 第10回) プレゼンテーショントレーニング |
| 第4回) 成果を創り出す在り方 | 第11回) トレーニングコンダクション |
| 第5回) 信念の書き換え | 第12回) ビジョンの構築 |
| 第6回) 問題解決パターンからの脱却 | 第13回) 人の成長とプラスの変化を |
| 第7回) 一貫性のサイクル | 第14回) 自分との契約・成果発表 |

※ チームビルディング・ブレイクスルー・実習等3回の宿泊合宿があります。
期間中 課題図書等 課題に取り組みながらのトレーニングです。